

ピックアップinformation

子宮頸がん予防接種

4月から新たに定期接種、キャッチアップ接種の対象となる方には、3月下旬に予診票をお送りする予定です。

※令和5年度高校1年生の女子は、令和6年度はキャッチアップ接種対象者になり、無料で接種可能です。

令和5年度接種対象者▶定期接種…平成19年4月2日～平成24年4月1日に生まれた女性。キャッチアップ…平成9年4月2日～平成19年4月1日に生まれた女性。

令和6年度接種対象者▶定期接種…平成20年4月2日～平成25年4月1日に生まれた女性。キャッチアップ…平成9年4月2日～平成20年4月1日に生まれた女性。

母子保健課 ☎855-7795



不妊治療費助成(体外受精・顕微授精)

体外受精または顕微授精を受けた40歳未満の方を対象に助成します。回数は1回のみ。助成額は一律4万円です(申請期限:3月31日(日))。詳しくは母子保健課HPをご覧ください。

母子保健課 ☎855-7795



冬場に多いノロウイルス食中毒に注意!

ノロウイルスは、少量でも手や指、食品などを介して口から入ると、体の中で増殖し、嘔吐・下痢などの食中毒の症状を引き起こします。

日頃からノロウイルスへの感染を予防することが大切です。

手洗い 感染予防の基本は正しく、こまめな手洗いです。
せっけんでしっかりもみ洗い▶15秒以上洗い流す
※アルコール消毒だけではノロウイルスに効果がありません。

加熱 ノロウイルスの汚染の恐れのある二枚貝などを調理する際は、中心部まで85～90度で90秒以上しっかり加熱しましょう。

ノロウイルスが発生した場合 感染を拡大するために食器や環境などの消毒の徹底、嘔吐物などの処理の際に、感染しない対策が重要です。

消毒 調理器具など…十分な洗浄後、熱湯(85度以上)で1分以上加熱、もしくは次亜塩素酸ナトリウム(塩素濃度0.02パーセント)に浸して消毒しましょう。嘔吐物の処理…次亜塩素酸ナトリウム(塩素濃度0.1パーセント)で消毒しましょう。※必ずマスク・手袋を使いましょう。

生活食品課 ☎822-0588



今月の読者プレゼント

PRESENT!

タルト デトルタ
ゆずバスクチーズタルト

住 土佐山 119-2
営 火・水曜日 9時～12時半(モーニング)
週末不定期 13時～17時(タルト販売)



土佐山ユズの果汁とピールを使ったバスクチーズタルトです。濃厚なバスクチーズと爽やかなユズの香りをお楽しみください。

今月は土佐山のタルト専門店「Tarte de Torta(タルトデトルタ)」から、ゆずバスクチーズタルトを抽選で5人の方にプレゼント! 事業者から直接発送します。アンケートにお答えの上、ご応募ください。

回答方法

住所・氏名・年齢・性別(任意)・電話番号・プレゼントの名称・アンケート①～③の回答を明記し、応募フォームまたははがきで、郵送先▶〒780-8571 本町5-1-45 広聴広報課

※当選発表はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。
※個人情報保護法に基づき、応募フォームの発送・広報紙作成の参考とするため、利用することがあります。また、事業者から直接発送の場合は当選者の個人情報を提供します。
※応募等について、詳しくは広聴広報課HPをご確認ください。

アンケート

- 1 今月号で最も印象に残っている記事とその理由
 - 2 取り上げてほしい企画や内容(任意)
 - 3 あかいるまちの感想や高知市に対する意見
- ※ご意見の一部は紙面内に掲載することがあります。掲載を希望しない場合は「掲載不可」と記入してください。

プレゼントを提供していただける事業者を募集しています。詳しくは広聴広報課HPをご覧ください。

応募締切

1月31日(水)
(当日消印有効)

応募等詳細についてはこちら▶



編集室

毎年恒例の笑顔の表紙、編集室も素敵な笑顔にずっと癒されてきました。表紙に載っている皆さん、お正月はぜひ「あかいるまち」を持って、家族や親戚にたくさん自慢してくださいね! 今回応募されなかった方も、次回に向けてとっておきの一枚を準備してみたいかがでしょうか。(岩) 明けましておめでとうございませう。新年最初のおかいるまちは毎年笑顔がいっぱいで、こちらまで笑顔になりますね。笑顔には免疫力が高まるなどの良い効果もあると、表紙の皆さんに負けない笑顔で、こどもも元気に過ごしたいです。それにしても読者プレゼントのタルト、とってもおいしそうですね。当選される方がうらやましいです。(川) 読者プレゼントは私の好きなコーナーの一つ。今月はどんなプレゼントかなと、毎号楽しみにしています。今月号のタルトに興味津々の(川)さんには申し訳ないのですが、応募される方の当選率が上がるよう、編集室メンバーはこのプレゼントに応募できないルールにしています。ぜひお店でゲットして、おいしい物で癒されながら、笑顔でこどもも頑張りましょう。(森)

ちゃんと受けよう?

健康診断

健康診断は定期的を受診し、検査結果の変化を自分で把握することが大切です。元気だからこそ、積極的に「けんしん」を受けましょう。



※生活保護等受給中または市民税非課税世帯の方は申請すると料金無料。※聴覚・言語障害のある方のFAX(823-8020)等での申し込み、視覚障害のある方への受診票発送時の電子メールでのお知らせや封筒への点字記載などの対応も可能ですので、事前にお知らせください。

40歳以上の方

1 特定健診(個別)

対象▶令和5年度中に40～74歳になる高知市国保加入者
内容▶身体測定・血圧測定・問診・尿検査・診察・血液検査など
料金▶無料

2 後期高齢者健診(個別)

対象▶後期高齢者医療被保険者
内容▶身体測定・血圧測定・問診・尿検査・診察・血液検査など
料金▶無料

3 健康増進法健診(個別)

対象▶40歳以上の生活保護等受給者
内容▶身体測定・血圧測定・問診・尿検査・診察・血液検査など
料金▶無料

4 胃がん検診(個別)(集団)

対象▶個別 50歳以上(集団) 40歳以上
内容▶個別 胃内視鏡検査 ※受診の翌年度は胃がん検診受診不可
(集団)バリウム検査
料金▶個別 3,300円(集団) 700円

5 大腸がん検診(個別)(集団)

対象▶40歳以上の方 ※個別 申し込みは各検診実施機関へ
内容▶検便による便潜血検査
料金▶無料
※持参による大腸がん検診…高知県総合保健協会に直接持参される方には採便容器を送ります。

6 胸部検診(集団)

対象▶40歳以上の方
内容▶X線撮影
ただし、65歳以上は結核健診として実施(検診内容は同じ)
料金▶無料

女性の方

7 子宮頸がん検診(個別)(集団)

対象▶20歳以上の女性(2年度に1回)
内容▶視診・内診・細胞診検査
料金▶個別 1,200円
(集団) 600円

8 乳がん検診(個別)(集団)

対象▶40歳以上の女性(2年度に1回)
内容▶マンモグラフィ
料金▶個別 1,050円または1,350円
(集団) 800円または900円

9 女性健診(集団)

対象▶20～39歳の女性 ※今年度は全日程で定員に達したため受け付け終了しました。
内容▶基本健診・歯科健診・子宮頸がん検診(希望者のみ)
料金▶1,400円

| 実施日 | 会場 | 受付時間 | 検診種目 | | | | |
|----------|-----------------------|-----------------------|------|----|----|----|---|
| | | | 胃 | 大腸 | 胸部 | 子宮 | 乳 |
| 2月2日(金) | 保健福祉センター | 8時半～11時半 | ○ | ○ | ○ | | |
| 2月6日(火) | 東部健康福祉センター | 8時半～11時半 13時半～16時 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 2月15日(休) | 保健福祉センター | 8時半～11時半 13時半～16時半 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 2月16日(金) | 保健福祉センター 高知県総合保健協会 | 8時半～11時半 13時～14時 | ○ | ○ | ○ | | |
| 2月17日(土) | 保健福祉センター | 8時半～11時半 | ○ | ○ | ○ | | |
| 2月25日(日) | 保健福祉センター | 8時半～11時半 13時半～16時半 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 2月26日(月) | 保健福祉センター | 8時半～11時半 13時半～16時半 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 2月28日(水) | 春野あじさい会館 | 8時半～11時半 | ○ | ○ | ○ | | |

その他のお知らせ

エイズ(HIV)・梅毒検査(無料)



▶定期検査…毎週月曜日(祝日を除く)15時半～16時半。▶夜間検査…1月15日(月)17時半～19時。いずれも総合あんしんセンター2階で。定期検査は予約不要、夜間検査は1月12日(金)までに要予約。申 詳 エイズ相談専用電話 ☎822-0477

肝炎ウイルス検査(B型・C型)(無料)



対象は過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない方。1月22日(月)14時～15時、総合あんしんセンター2階で。申し込みは1月19日(金)までに電話で。申 詳 地域保健課 ☎822-0577