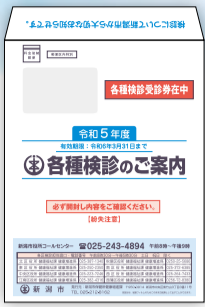


行こう! 健診で健康チェック



自覚症状の現れにくい生活習慣病やがんの早期発見には、定期的な健診が大切です。健診会場では、みなさんに安心して受診いただけるよう、感染対策を行っています。ぜひ今年も受診しましょう。

■健診を受けるには?

施設検診(特定健診やがん検診) 病院やクリニックなど医療機関で検診をします	集団検診(胃・肺・乳がん検診) コミュニティセンターや学校に検診車が出向き検診をします
---	---

*市から届いた受診券入りの封筒を準備しましょう

1. 医療機関などに予約しましょう

同封されている検診いっ得に記載の医療機関などに電話で予約をします。
令和5年度受診券の有効期間は、令和6年3月31日までです。

2. 受診しましょう

予約した医療機関で受診します。
持ち物 受診券 健康保険証
 自己負担金
 質問票(特定健診の場合)
 個人記録票(胃・肺がんの集団検診の場合)

3. 結果を確認しましょう

実施医療機関が結果をお知らせします。

☎健康福祉課健康増進係(☎223-7246)



■受診券を発送しました

- ・40歳以上の対象者へ受診券を発送しました。
- ・新潟市国民健康保険加入者以外の特定健康診査などについては、各医療保険者(保険証の発行元)にお問い合わせください。
- ・受診券が届かない人で、職場などで検診を受ける機会のない人はお問い合わせください。

対象者	受診券の種類
新潟市国民健康保険加入者(40～74歳)	特定健康診査・がん検診受診券
新潟県後期高齢者医療制度加入者	後期高齢者健康診査・がん検診受診券
上記以外の健康保険加入者のうち、職場や被扶養者向けのがん検診の機会がない方	がん検診受診券

*年齢は、すべて令和6年3月31日現在の年齢(年度年齢)です。

中央区健康づくりサポーター
中 央子(なか ちかこ)



健康・福祉

各事業の☎・☎連絡先一覧

- 健康福祉課健康増進係
【妊娠～乳幼児期担当】 ☎223-7237
- 東地域保健福祉センター
東万代町9-52 ☎243-5312
- 南地域保健福祉センター
新和3-3-1 ☎285-2373
- 健康福祉課地域保健福祉担当 ☎223-7039
- 子育て交流ぽーとtete ☎080-9680-6822
- はっぴいmama応援団 ☎278-3177、水曜定休
- 市役所コールセンター ☎243-4894

- ・開催日当日は、ご自宅で体温測定をお願いします。
- ・本人・同伴者について、以下に該当する場合は事前に健康福祉課へ連絡をお願いします。
(ア)新型コロナウイルス陽性者、または、濃厚接触者
(イ)10日以内に発熱、咳などの風邪症状があった

■妊婦歯科健康診査(妊娠期)

☎中央区在住の母子健康手帳を取得している妊婦
☎5月12日(金)午後1時～2時15分
☎南地域保健福祉センター
☎45人
☎4月19日(水)から5月10日(水)までに電話で一覧⑦へ

■安産教室(妊娠期)

☎5月24日(水)午後1時30分～3時
※受け付けは1時15分から
☎南地域保健福祉センター
☎妊娠中の食事の話、妊娠～産後のからだ・こころ、グループワーク
☎出産予定日が令和5年8月～令和5年10月までの中央区在住の妊婦先着15人
☎4月19日(水)から5月8日(月)までに電話で一覧①へ

■みんなでつながるにっこにこ子育て応援事業(毎月開催)

※中央区在住の人が対象です。
☎保健師や助産師への相談、講座、参加者同士の情報交換、ほか
☎各講座の申し込み開始日午前8時30分から携帯電話などで二次元コードを読み取り申し込み

☎=日時 ☎=会場 ☎=内容 ☎=対象・定員 ☎=持ち物 ☎=参加費(記載のないものは無料) ☎=申し込み(記載のないものは当日直接会場) ☎=問い合わせ

■妊カフェ(妊娠期)

☎おおむね妊娠30週以降の妊婦と同伴者(パートナー・両親)1組2人まで
☎4月18日(火)から ☎一覧⑤
時間 午後1時30分～3時30分



■育カフェ(生後1～5カ月)

☎5月19日(金)午前10時～11時30分
☎こども創造センター
☎生後1～5カ月の子どもと保護者先着13組
☎4月18日(火)から ☎一覧⑤



■10か月育ちの講座(生後9～10カ月)

☎令和4年7～8月生まれの子どもと保護者
☎一覧⑥
【会場開催】 時間 午前10時～11時30分



期日	会場	定員(先着)	申し込み
5/10(水)	東地域保健福祉センター	14組	4月18日(火)から開催前日午後5時まで
5/24(水)	南地域保健福祉センター	10組	

【リモート開催】 時間 午前10時～11時30分

期日	定員(先着)	申し込み
5/31(水)	20組	4月18日(火)から5月24日(水)午後5時まで

■はじめての離乳食(生後5カ月)

☎おおむね生後5カ月の子どもの保育者
☎離乳食の始め方と進め方、個別相談
☎4月19日(水)から各実施日の2日前までに電話で一覧⑦へ
時間 午後1時30分～2時50分
※受け付けは1時15分から

期日	会場	定員(先着)
5/17(水)	東地域保健福祉センター	15人
5/18(木)	南地域保健福祉センター	15人

■ステップ離乳食(生後6～11カ月)

☎5月17日(水)午前10時～11時20分
※受け付けは9時40分から
☎東地域保健福祉センター
☎2回食・3回食への進め方、グループワーク、

個別相談

☎おおむね生後6カ月以上の子どもの保育者先着15人
☎4月19日(水)から5月15日(月)までに電話で一覧⑦へ

■育児相談(乳幼児)

☎中央区民 ※会場によって定員が異なります。詳しくは、申し込み先へお問い合わせください。
☎4月19日(水)から電話で各申し込み先へ
※先着順

期日	時間	会場	申込先
5/11(木)	9:30～11:00	◎◆中央健康センター(北部総合コミュニティセンター内)	一覧④
5/17(水)	9:15～11:00	◎◆南地域保健福祉センター	一覧③
5/25(木)	13:30～15:00	◎東地域保健福祉センター	一覧②

◎は栄養士、◆は歯科衛生士による相談あり

■マタニティプログラム(妊娠期)

☎八千代子育て支援センターちゅうりっぷ(川岸町1)
☎妊娠中の人・出産を考えている人など各回先着7組
☎各開催日の3日前までに電話で同センター(☎230-8211)へ
時間 午前10時～11時

期日	内容
5/27(土)	マタニティヨガ(妊娠5カ月～後期までの人) ※プレパパの参加可
6/24(土)	看護師さんのミニ講座 テーマ「新生児、退院後に起こりうること」

■健康相談【一般】

☎各実施日の2日前までに電話で各申し込み先へ

期日	受付時間	会場	申込先
5/12(金)	13:30～14:30	東地域保健福祉センター	一覧②
5/24(水)	13:30～15:00	区役所4階 401会議室	一覧④
5/26(金)	9:30～11:00	南地域保健福祉センター	一覧③

■骨粗しょう症予防相談会

☎5月31日(水)
① 9:40 ②10:10 ③10:40 ④11:10
⑤13:10 ⑥13:40 ⑦14:10
☎南地域保健福祉センター
☎骨粗しょう症予防のための健康相談、骨密度測定(超音波式、かかとを測定)
☎骨粗しょう症の治療中でない18歳以上の各回先着7人
☎4月20日(木)から各実施日の2日前までに電話で市役所コールセンター(一覧⑦)へ

本誌掲載のイベントは4月7日時点のものです。体調に不安がある方は参加をご遠慮ください。