

■北秋田市ドック助成について

国保・長寿ドック、脳ドックの費用の一部を助成します。ドックの重複助成はありません。

脳ドックの助成は5年に1回です。令和2～5年度に受診された方は助成対象外です。

※詳細は令和6年度「きたあきた健康ガイド」2ページをご覧ください。

☎ 医療健康課健康推進係 ☎62-6666
※医療健康課窓口でも承ります。



詳細はこちら▶



健康ガイドは、二次元バーコードからダウンロードできます。

■参加者募集◇心の絆◇

～心の絆をレールにのせて～

一人ひとりがお互いに支え合っている地域に！という願いのもと、内陸線に乗って心の交流を深めにでかけませんか？

月日 9月18日(水)

行先 仙北市角館

内容 貸切列車内で心の交流会

参加費 1,500円

募集定員 33名(初参加の方優先)

※申し込み順ではありません。申し込みされた方には9月上旬までに通知します。

申込締切 8月23日(金)

☎ 医療健康課健康推進係 ☎62-6666

■令和6年度8020いい歯の表彰募集

対象

- ①秋田県内に住所がある方
- ②20本以上自分の歯がある方(入れ歯やインプラントを除く)
- ③令和6年4月1日時点で満80歳以上で、これまでに表彰を受けていない方
- ④協力歯科医療機関から推薦された方

申込流れ

10月10日(木)までに協力歯科医療機関で認定審査を受けてください。

※対象者には年度内に認定書を交付します。

☎ 秋田県歯科医師会 ☎018-865-8020
県庁健康づくり推進課 ☎018-860-1426

献血日程のご案内

月日	時間	実施場所
8月1日(木)	10時～11時45分	北秋田地域振興局
	13時～14時15分	
	15時～16時	
8月21日(水)	10時～11時	JA秋田たかのす配送センター
	13時～13時45分	特別養護老人ホーム 森泉荘
	14時30分～16時15分	阿仁合駅

○成人の風しん抗体検査・予防接種

接種を公的に受ける機会がなかった方に風しん抗体検査・予防接種を実施しています。

助成期間は令和7年1月末までです。クーポン券は令和5年6月に再発行していますが、紛失の場合はご連絡ください。

対象 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれで、風しん抗体検査が未検査の男性

※抗体検査を行い、予防接種該当で未接種の方は早めに接種してください。

○HPV(子宮頸がんワクチン)キャッチアップ接種/定期接種(平成20年度生)

積極的接種勧奨を控えていたため接種の機会を逃した方を対象に、接種費用を助成(キャッチアップ接種)しています。

助成は6年度末で終了します。3回接種完了するには遅くとも9月までに接種を開始しましょう。

予診票をお持ちでない方はご連絡ください。

キャッチアップ接種対象

平成9年4月2日～平成20年4月1日生まれの女性

定期接種6年度助成終了対象

平成20年4月2日～平成21年4月1日生まれの女性

☎ 医療健康課健康推進係 ☎62-6666

こども

■母子健康手帳交付(要予約)

月日 8月5、19、26日(各月曜日)

時間 9時30分～16時

場所 保健センター

持ち物 マイナンバーカード、通帳またはキャッシュカードの写し

※事前に予約してください。

交付日に来られない場合も事前に連絡してください。

※記入用紙があり、手続き終了まで40分程度かかります。

☎ 医療健康課健康推進係 ☎62-6666

■助産師相談室

「あのね、助産師さん」

月日 8月26日(月)

時間 9時30分～11時30分

場所 保健センター

内容 お母さんと赤ちゃんの相談に助産師が電話や来所にて対応します。

☎ 子育て世代包括支援センター「ココロン」 ☎62-6681

■おいDAY

月日 8月5、26日(各月曜日)

時間 9時30分～11時30分

場所 保健センター

対象 妊婦さん、子育て中のママや育児中のご家族

内容 おしゃべり、交流の場です。好きな時間にお越しください。

健康

■精神保健相談日

月日 8月15日(木)

時間 15時～16時(受付14時30分～)

場所 北秋田保健所 2階

※前日10時までに予約してください。

☎☎ 北秋田保健所 ☎62-1165

■がんサロン「北秋田 虹の会」

がん患者や家族が抱えている不安や悩みなどを話してみませんか？

(個人情報はお守りします)

日時 8月22日(木) 13時～15時

場所 男女共同参画活動拠点施設

「ハートフルプラザ・北秋田」

(交流センター内)

■いのちとこころの個別相談

月日 8月23日(金)

時間 13時30分～15時30分

場所 交流センター

内容 臨床心理士が個別に相談に応じます。個人の秘密は厳守しますので、ご安心ください。ご本人だけでなく、ご家族・支える方もご相談ください。(要予約)

☎ 医療健康課健康推進係 ☎62-6666

■自分測定日

定期的な体組成測定で健康な「からだ」作り始めませんか？

日時 8月26日(月) 9時～18時

(所要時間は15分程度です)

場所 保健センター

※ペースメーカーを装着している方は測定できません。

■心のふれあい相談員によるサロンへどうぞ

お茶やコーヒーを飲みながら語り合う場です。心のふれあい相談員が笑顔でお待ちしています。

▷サロン「お茶っこ」阿仁公民館

日時 8月6日(火) 10時～12時

▷サロン「すかっと」森吉公民館

日時 8月16日(金) 10時～14時

▷サロン「えがお」前田公民館

日時 8月19日(月) 10時～14時

▷サロン「梅っこ」合川公民館

日時 8月26日(月) 10時30分～14時

▷サロン「あなず」交流センター

日時 8月20日(火) 11時～14時

※精神保健福祉ボランティア「れもん会」による。

■複十字シール運動にご協力ください

結核を中心とした胸の病気をなくして、健康で明るい社会を作るための運

～保健センターからのお知らせ～



北秋田市令和6年度版健康ガイド

☎ 医療健康課健康推進係 ☎62-6666

動です。各地域の結核予防婦人会員が中心になって実施しますので、皆さんの温かいご協力をお願いします。

期間 8月1日(木)～12月31日(火)

■パワーリハビリ3期参加者募集

老化を予防し、元気に過ごせるように筋肉を鍛えてみませんか。初心者大歓迎です。

対象 65歳以上で市の特定健診・後期高齢者健診を受けた方(受ける方)

日程 10月～12月(週1回3か月間)

場所 合川保健センター(送迎あり)

内容 専用マシンを使用した軽運動など

申込締切 8月16日(金)

☎ 医療健康課健康推進係 ☎62-6666

■栄養教室「減塩プラス」

テーマに沿った減塩料理の調理実習です。身体にいいレシピを学びましょう。【時短レシピ】

月日 9月19日(木)

会場 保健センター

【骨粗しょう症予防レシピ】

月日 9月24日(火)

会場 合川公民館

【フレイル予防レシピ】

月日 9月30日(月)

会場 森吉保健センター

【生活習慣病予防レシピ】

月日 10月4日(金)

会場 阿仁公民館

～以下は各回共通です～

時間 10時～13時

定員 各回10名

参加費 1回700円(材料費)

持ち物 エプロン、三角きん、筆記用具、参加費

講師 食生活改善推進員

※各コース1週間前までにお申し込みください。定員に達し次第、締め切ります。

☎ 医療健康課健康推進係 ☎62-6666