重要なお知らせ

今年度からがん検診は有料となりました（結核・肺がん検診を除く）

対象の方への個別受診勧奨などを充実させて、より多くの方に検診を受診していただくため、今年度から一部を除きがん検診を有料化しました。一人でも多くの方に検診を受診いただくことで市民の健康増進に努めます。

胃がん検診で早期発見・早期治療！

がんは、早期に発見して治療することが大切です。市で実施している検診は、通常の検診よりも安価で受診できます。対象年齢になった方は、積極的に受診しましょう。

対象＝今年度中（令和８年３月31日時点）に40歳以上になる市内在住の方

検査内容＝バリウムによる胃部エックス線検査

費用＝1,000円

予約方法＝上記の申込フォーム、または電話でお申し込みください。

申込フォーム

※窓口・メール・ファックスは申し込み不可

申込期限＝５月16日（金）

※５月下旬に受診通知書を郵送します

■ **大腸がん検診に必要な検査容器を配布しています**

配布場所＝保健福祉センター、各市民センター、各がん検診会場、各郵便局

費用＝500円

※大腸がん検診は申し込み不要

申 健康スポーツ課

☎(32)1735、☎(32)1734

【日程表】

女性専用　肺がん検診同時実施

期日	会場	時間	定員
6/7（土）	保健福祉センター	8:30～11:30	120
6/11（水）	**保健福祉センター**		**60**
6/24（火）	農村環境改善センター		60
7/1（火）	清和地域拠点複合施設		60
7/2（水）	周西公民館		60
7/3（木）	**保健福祉センター**		**180**
7/4（金）	小櫃公民館		120
7/8（火）	周南公民館		60
7/9（水）	市民体育館		60
7/10（木）	保健福祉センター		120
7/15（火）	**保健福祉センター**		**120**
7/16（水）	保健福祉センター		120
7/18（金）	松丘コミュニティセンター		60
7/23（水）	小糸公民館		60
7/24（木）	**保健福祉センター**		**120**
7/26（土）	保健福祉センター		120
7/28（月）	保健福祉センター		120
11/27（木）	保健福祉センター		120

5/5～5/11は児童福祉週間

こどもまんなか社会の実現を目指しましょう！

【こどもまんなか児童福祉週間の標語】
いつだって まんまるまんなか こどもたち

こども家庭庁では、こどもや家庭、こどもの健やかな成長について国民全体で考えるため、５月５日のこどもの日から１週間を「こどもまんなか児童福祉週間」と定めています。この機会に、こどもの健やかな成長を願い、私たちが出来ることを考えてみませんか。

問 こども家庭センター
☎(32)1352

自分のペースではじめる健康増進！気軽に身体を動かそう！

問 高齢者支援課☎(56)1458

うんどう教室

期日	時間	会場	持ち物	備考
5/13（火） 5/20（火） 5/27（火）	10:30～11:30	内みのわ運動公園	▼飲み物 ▼タオル ▼マスク ▼体温を記入したメモ	雨天時は、室内で実施します
	14:00～15:00	保健福祉センター		

対象＝おおむね60歳以上の市民の方 ※予約不要

きみつ健康体操

自治会館などの身近な集会場で皆さんと交流しながら体操を行います。体操教室に関心のある方、参加を希望する方はお問合わせください。

【広岡下部：千鳥会館】

体組成測定会

注意事項：ペースメーカーなどの医用電気機器を使用中の方や金属アレルギーの方は測定できません

体重、体脂肪率、骨量、体の水分量、体脂肪率と筋肉量のバランスによる体型判定など、自身の体組成を測定します。

対象＝市内に住所を有する６歳以上の方

日時＝５月30日（金）午前９時30分から11時45分、午後１時30分から４時45分

会場＝保健福祉センターふれあい館２階・会議室３

※事前申し込みが必要です

申込期限＝５月29日（木）

申 健康スポーツ課☎(57)2233

● 日曜・休日の救急当番医

問 平日：健康スポーツ課☎(57)2230、休日：消防本部☎(53)0119

緊急時などやむを得ない場合以外は、平日の診療時間内の受診にご協力ください。

期日	診療科目	診療時間	病医院名	所在地	電話番号
3（土・祝）	内科	9:00～17:00	小ぐれ医院	南子安	(55)6611
4（日・祝）	内科・小児科		吉田メディカルクリニック	久保	(29)7820
5（月・祝）	内科		あすなろクリニック	久保	(50)0100
6（火・休）	内科・小児科		青柳医院	杢師	(54)8000
11（日）	内科		玄々堂君津病院	東坂田	(52)2366
18（日）	内科・小児科		酒井医院	南子安	(52)2166
25（日）			森広小児科クリニック	西坂田	(54)4662
	耳鼻咽喉科	9:00～12:00	鮎澤耳鼻咽喉科	中野	(54)8721

当番医は変更になる場合があります。当日の朝刊も確認してください。また、当番医が専門外の場合、他の医療機関の受診をお願いすることがあります。

木更津市夜間急病診療所（木更津市中央1-5-18） 問 ☎0438(25)6284
●診療科目：内科・小児科 ●診療時間：午後８時から11時

● こどもの発達相談

問 こども家庭センター
☎(32)1352

ことばが遅い、動きが激しく落ち着きがない、集団生活になじみにくい、子どもへの対応がわからない、などさまざまな不安に専門の相談員が応じます。 ※要予約

対象＝概ね就学前までの幼児

会場＝保健福祉センターふれあい館

● 産後ケア事業

問 こども家庭センター
☎(32)1352

お母さんとお子さんを対象に、協力医療機関や自宅で専門職が育児相談やアドバイス、ケアなどを行い、安心して育児ができるよう支援します。申請手続きや利用に関する詳細は市ホームページ、またはこども家庭センターへご連絡ください。

妊娠から子育てにわたる相談も受け付けています！
問 相談専用ダイヤル☎(57)0120

● 妊娠から子育て期の相談・教室

問 こども家庭センター☎(32)1352

区分	期日	時間	会場	対象	内容ほか
のびのび育児相談	5/9（金）	10:00～11:00	清和地域拠点複合施設	１か月健診受診後からおおむね就園前のお子さんと保護者	身体測定、育児・栄養・歯科相談 **持ち物**＝母子健康手帳、バスタオル ※バスタオルは２歳未満のみ
	5/29（木）	9:30～11:00 13:30～15:00	保健福祉センター		
ハローベビー教室 ※１週間前までに要予約	5/10（土） 5/28（水）	9:30～12:00 （受付9:15～）		おすすめ：妊娠中期～後期の妊婦とその家族	育児実習を通して出産・産後の準備をします。 **持ち物**＝母子健康手帳、筆記用具、バスタオル

5月31日は、世界禁煙デー

受動喫煙ゼロを目指しましょう！

たばこの煙には、約5,300種類の化学物質があり、その中には発がん性物質が約70種類含まれています。屋外の人通りの多い場所や車内・室内では望まない受動喫煙が生じやすくなります。吸う人も吸わない人も気持ちよく過ごせるように、受動喫煙防止にご協力ください。

禁煙週間＝５月31日（土）から６月６日（金）

問 健康スポーツ課☎(57)2230

● 献血にご協力をお願いします！

問 健康スポーツ課☎(57)2230

期日	時間	会場	主催
8（木）	10:00～12:45 14:00～16:00	保健福祉センター	君津市赤十字奉仕団
24（土）	10:00～11:30 13:00～16:00	イオンタウン君津	君津プラチナライオンズクラブ

現在、献血血液が不足しています。命をつなぐボランティアにご協力をお願いします。 ※200ml献血は予定数量に達するまで