

保健だより

【健康増進室10月スケジュール】

健康増進室のご利用案内

- 火～土…午前9時～午後8時30分
 - 日曜日…午前9時30分～午後7時30分（月曜日休室）
 - 料 金…1回あたり200円（減額制度あり）
- ※初めて健康増進室を利用する場合は、事前に「健康増進室利用講習会」を受けてください。

	期 日	開始時間	使用料
健康増進室 利用講習会 (1時間30分程度)	1日(土)	午後1時	無料
	7日(金)	午後1時	
	16日(日)	午後1時	
	28日(金)	午後6時30分	

- 対象者＝市内在住・在勤・在学者で15歳以上の方（中学生を除く）
- ※障害者手帳をお持ちの方はご持参ください。
- ※市外在住で当市に在勤・在学の方は、それを証明できるものをご持参ください（会社の身分証明書や生徒手帳など）。
- 定員＝各日8人（予約制）
- 申し込み方法＝電話または窓口でお申し込みください。申し込みは、本人、家族のみです。

	期 日	開始時間	使用料
肩こり・ 腰痛体操 (1時間程度)	4日(火)	午前11時	200円
	11日(火)		
	18日(火)		
	25日(火)		
ミニ 教室 バランスボール・ シェイプアップ (1時間程度)	5日(水)	午前11時	200円
	12日(水)		
	19日(水)		
	26日(水)		
チューブ運動 (1時間程度)	6日(木)	午前11時	200円
	13日(木)		
	20日(木)		
	27日(木)		
バランスボール・ リフレッシュ (1時間程度)	7日(金)	午前11時	200円
	14日(金)		
	21日(金)		
	28日(金)		

- ◎ミニ教室の使用料には、健康増進室使用料を含みます。
- 対象者＝健康増進室利用講習会を受けたことのある方
- 定員＝各日22人（肩こり・腰痛体操のみ25人）
- 申し込み方法＝窓口または電話でお申し込みください。申し込みは、本人、家族のみです。（都合により、休講または変更する場合があります）
- ※ミニ教室は一人2種類、2回まで。バランスボールはどちらか一方。
- <講習・ミニ教室申込期間>

9月8日(木)から受け付けます。(土・日・祝日を除く)
午前8時30分～午後5時15分

④健康増進課（保健福祉センター内） ☎25-2100

○相談

	日 時	会 場
移 動 健康相談 (予約不要)	1日(木) 午前9時30分～11時	狸穴公民館

○献 血 ～皆さんのご協力をお願いします～

期 日	時 間	会 場
9日(金)	午前10時～11時30分	ホーマックつくばみらい店

※健診などの詳しい内容は、「健康管理予定表」をご覧ください。

～がん対策室通信～

「先進医療」

高度な技術を用いた医療
医療技術は日進月歩で、さまざまな治療法や検査法が国内外で開発されています。それらうち、安全性と治療効果が確認され、厚生労働大臣が先進的な医療技術であると承認し、保険診療への導入を将来的に検討しているものが「先進医療」です。

一定の有効性や安全性が確認されているにもかかわらず、公的医療保険が適用され、広く国民が受けてもよいと評価できるまでの有効性や安全性が認められていない医療、言いかえれば今後、より多くのデータを集める有効性や安全性が十分に確認できれば公的医療保険適用となる可能性がある

医療です。先進医療と承認された治療法や検査法は、定期的な評価が行われています。

公的医療保険が適用される診療を正式には「保険診療」、適用されないものを「自由診療」といい、日本の医療制度では、その両方を組み合わせる「混合診療」を原則認めていませんが、先進医療については厚生労働省の基準に該当する医療機関でのみ混合診療が認められています。先進医療を受ける場合、その費用については先進医療の高額な医療技術そのものに関する部分は全額自己負担となり、診察や検査などの標準的な治療に関する部分は公的医療保険が適用され一部負担金を支払うこととなります。

どの医療機関でも受けられるわけではありません

先進医療を行うには、医療技術の認定のほかに、医療機関が実施機関として先進医療ごとに厚生労働省から認定を受けなければなりません。

希望すれば誰でも受けられるわけではありません

先進医療を受けるには、それぞれの種類によって適応症などの要件があります。また、本人が希望していることが前提であり、さらに医師が必要性と合理性を認めた場合にのみ行われます。適用になるかどうかは主治医とご相談ください。

保健カレンダー（9月）

○子どもの健診・教室など

会場：保健福祉センター

事業名	期 日	時 間	対 象
3～4カ月児健診	14日(水)	午後1時～2時	平成28年5月生
1歳6カ月児健診	28日(水)	午後1時～2時	平成27年2月生
2歳児歯科健診	9日(金)	午後1時～2時	平成26年8月生
3歳児健診	29日(木)	午後1時～2時	平成25年7月生
のびのび教室	8日(木)	午前10時～11時30分	平成27年8月生
プレママ教室	5日(月)	午後1時15分～4時30分	妊娠中の方
離乳食教室(前半)	2日(金)	午後1時～2時	5カ月～8カ月児向け
離乳食教室(後半)	(予約制)	午後2時30分～3時30分	9カ月～12カ月児向け
ひよこ広場(ピヨピヨ組)※	13日(火)	午前10時～11時30分	1カ月～8カ月児と保護者
ひよこ広場(コッコ組)			9カ月～12カ月児と保護者

※ピヨピヨ組は谷和原公民館が会場です。