

こんにちは！市民病院です！

小児科に新しい医師が着任 着任御挨拶

皆様、はじめまして。令和3年4月から加東市民病院で勤務させていただいています小児科の上村裕保（うえむらひろやす）と申します。自然豊かなこの加東市で、地域の小児医療・小児保健に少しでも貢献できるようにがんばってまいります。

私は同じ播磨の地、姫路市の出身で、4人の子育て中の小児科医です。この10年間は姫路赤十字病院で新生児医療を中心に地域医療にかかわってまいりましたが、縁あって加東市民病院で勤務する機会をいただきました。地域の皆様に信頼され、「あって良かった」と思われるような小児科となれるように地域の医療関係者とも連携してまいります。

加東市民病院小児科は、一般小児科診療（感染症）、予防接種、乳幼児健診、育児相談、アレルギー診療、低身長、肥満、夜尿症（おねしょ）、便秘症など、かかりつけ小児科医として地域の子どもたちの健康を守っていくとともに、子育て支援にもかかわっていきたいと考えております。些細なことでもかまいません、どうぞ気軽に加東市民病院小児科を受診してください。

よろしくお願いいたします。



加東市民病院 小児科医長
上村裕保

～女性のがん検診費用を助成します～

一人でも多くの方に女性のがん検診（子宮頸がん、乳がん）を受けていただくため、検診費用の一部を助成します。近年、子宮頸がんは20歳代から、乳がんは40歳代から50歳代の女性に、特に多く発症しています。早期発見のために、ぜひ受診しましょう。

■対象者 いずれの検診も、加東市に住民登録のある女性のうち、令和4年4月1日現在で次の年齢の方

子宮頸がん検診	20歳以上の偶数年齢の方
乳がん検診	40歳以上の偶数年齢の方

■個人負担金

子宮頸がん検診	20歳以上	1,500円
乳がん検診	40歳代	2,000円
	50歳以上	1,500円

※いずれの検診も、後期高齢者医療保険に加入している方、生活保護を受給している方は無料です。

また、女性のがん検診は、個別検診、または集団検診のどちらかを選ぶことができます。

■個別検診

検診機関	加東市民病院	申込先	加東市民病院	申込方法	電話 ☎42-5511
申込期間	5月17日(月)～令和4年2月18日(金)	検診期間	6月1日(火)～令和4年2月28日(月)		

※検診当日は、本人確認ができるもの（マイナンバーカード、健康保険証等）をご持参ください。

■集団検診

検診会場	加東市役所	申込先	健康課
申込方法	5月下旬にお送りするまちぐるみ総合健診の申込書を提出、電話、または窓口来庁		
検診日程	子宮頸がん検診	9月、10月	
	乳がん検診	8月～11月	

※集団検診を申し込まれた方には、7月下旬以降に検診日、時間等の案内を郵送します。

☎健康福祉部健康課(庁舎2階) 担当：吉田里奈 ☎42-2800

健康がいちばん

禁煙は効果的な生活習慣病予防！

禁煙は、生活習慣病を予防する効果が最も高い方法です。

～たばこをやめる3ステップ～

ステップ1 たばこの害と禁煙の効果を知る

たばこの煙には、約4,000種類以上の化学物質が存在し、その中の60種類以上の物質には、発がん性が指摘されています。高血圧や脂質代謝異常、高血糖をはじめとする生活習慣病の進行を早め、動脈硬化を進め、心臓病や脳卒中などを引き起こします。

禁煙すると、咳や痰が減る、体力が戻る、口臭がなくなるなどの効果を実感できます。

ステップ2 禁煙を始める

自分に合った禁煙方法（禁煙グッズ、禁煙外来や禁煙補助剤）を選び、開始日を決めます。

ステップ3 禁煙を継続する

吸いたい気持ちを対処（深呼吸、歯を磨く、軽く体を動かす）して、かわしていきましょう。

健康課では、5月31日の「世界禁煙デー」に合わせて、禁煙チャレンジ週間を設定しています。期間中は、禁煙相談窓口を開設し、禁煙にチャレンジされる方を応援します。お気軽にお電話、ご相談ください。

禁煙相談窓口開設期間 5月31日(月)～6月4日(金)

■加熱式たばこ

加熱式たばこの有害性は、紙たばこと同等であるという研究結果もあり、かならずしも「無害」とはいいい切れません。

■受動喫煙

たばこを吸わない人の健康にも悪影響を与えます。他の人のたばこの煙を吸うことによって、たばこを吸わない人も、肺がん、虚血性心疾患、脳卒中の危険が高まります。

☎健康福祉部健康課(庁舎2階) 担当：浅葉由起 ☎42-2800

保 健 セ ン タ ー 事 業

事業	実施日	備考
4か月児健診	5月27日(木)	※詳細は、対象の方にお送りしている案内をご確認ください。
10か月児相談	5月27日(木)	
1歳6か月児健診	5月13日(木)	
2歳児育児教室	5月13日(木)	
3歳児健診	5月19日(水)	
子育て何でも相談	5月20日(木) 受付 9時～11時	
離乳食もぐもぐ教室	5月11日(火) 受付 9時30分～9時50分	参加費 100円 申込期限 5月7日(金)

※ 〇〇 は、事前に予約が必要です。 表の事業の問い合わせ先は、全て☎43-0432
育児何でもダイヤル相談 ☎43-0432 / こころの健康ホットダイヤル ☎42-2800

母子健康手帳の交付申請について

- ☐ 受付日 毎週火曜日 ※即日交付します。
- ☐ 持ち物 ①マイナンバーカード、または個人番号通知カード、②公的機関発行の本人確認ができる顔写真付の書類(㊦マイナンバーカード、運転免許証)、③妊娠届出書(お持ちの方のみ)
- ※マイナンバーカード1枚で①、②の両方を兼ねることができます。

産後ケア費用助成事業の自己負担額の上限額が一部変更になりました。詳しくは、健康課までお問合せください。

☎健康福祉部健康課(庁舎2階) 担当：立貝萌 ☎43-0432