

ほけんインフォメーション

みなさんの健康づくりに役立つ情報をはじめ、さまざまな保健・衛生に関する情報をご紹介します。

乳幼児健診を受けましょう!

市では、乳幼児のお子さんを対象に健診を行っています。とても成長の早い時期だからこそ、お子さんの成長を確認してみませんか?

- 乳児健診(前期・後期)

通知:(前期)3カ月頃、(後期)9カ月頃
※前期は6カ月未満、後期は1歳未満であれば受診可能
健診日:3月8日(日)、22日(日)、29日(日)
受付:9:00~10:45(後期)、13:00~15:00(前期)
- 1歳6カ月健診

通知:1歳8カ月頃 ※2歳未満であれば受診可能
健診日:3月5日(木)、11日(水)、19日(木)、26日(木)
受付:13:00~14:30
- 3歳児健診

通知:3歳6カ月頃 ※4歳未満であれば受診可能
健診日:3月3日(火)、10日(火)、17日(火)、24日(火)
受付:13:00~14:30

会場はいずれも【那覇市保健センター】
対象時期に、個別通知をおこなっています。
※「年間予定」はホームページでご確認ください。
(「那覇市 乳幼児健診」で検索)

お問い合わせ 地域保健課 ☎853-7962

働き盛り・子育て孫育て世代のための健康講演会

突然死からあなたを守る基礎知識

沖縄県は65歳未満で亡くなる方が男女とも「全国1位」です。働き盛りで突然亡くなる方の多くは、**心筋梗塞**や**脳卒中**が原因です。実はどちらも同じ…血管に傷がついたり、硬くもろくなるためにおこる病気です。今回は、血管のスペシャリストである循環器専門医による講演会を開催します。大事にしたい家族がいる、やりがいのある仕事がある、でも忙しくて身体のことは後回し…そんなあなたのご参加をお待ちしています。

- 日時 3月19日(木) 19:00~20:30(受付 18:30)
- 会場 那覇市役所 12階 第一研修室
※駐車場は有料です。
ご来場の際は公共交通機関をご利用ください。
- 講師 間仁田 守 医師(那覇市立病院 循環器専門医)
- 定員 80名(定員に達し次第締め切り)
※電話にてお申し込みください!
- 対象 市内在住の方(おおむね20代~60代の方)
- 参加費 無料


お申し込み・お問い合わせ 特定健診課 ☎862-0564

コレステロール高いけど何か問題もありますか?

血圧の薬一生飲むって聞いたけど本当ですか?

血糖値は高いけどまだ糖尿病じゃないと思っっていますが?

あなたの疑問に
お答えします!



2歳児歯科健診事業終了

2歳5カ月~3歳未満のお子さまを対象に、これまで「2歳児歯科健診」を実施してきましたが、平成27年3月末をもって事業を終了いたします。通知のあったお子さま(平成24年3月~9月生まれ)で、まだ健診を受けていない方は早めの受診をお願いいたします。

お問い合わせ 地域保健課 ☎853-7962

エイズ(HIV)等の無料匿名検査

HIV等の性感染症は早期に発見することが大切です。感染について不安がある時は、まずはご相談ください。那覇市保健所では、「無料」で特定感染症相談・検査を実施しています。

即日無料匿名検査 予約制

- 内容: HIV・クラミジア・梅毒・肝炎の検査(肝炎検査は初めての方のみ無料です)
- 日時: 月・水・金 9:00~11:30、13:00~16:00
- 場所: 那覇市保健所(相談室105)

エイズ夜間検査 予約制

- 日時: 第1水曜日 17:30~20:00
- 場所: 那覇市保健所(相談室105)

お問い合わせ 健康増進課 ☎853-7971

受けましたか?がん検診


3月末まで!

今年度のがん検診期間も残りわずかです。例年、年度末にかけての「かけ込み」受診が目立ちます。医療機関によっては、予約の都合上受診出来ない場合がありますので、なるべく早めの受診がおすすめです!!

- 各種がん検診を受診するためには「受診券」が必要です。
※国保加入者は「国民健康保険被保険者証(国保証)」と「受診券」が一体化されていますので、国保証でがん検診を受診することができます。
- 社保の方も職場で検診がない場合は「受診券」が利用できます。
- 受診券が届かなかった方や紛失した方は、お問い合わせください。

<受けられる検診>
胃がん(バリウム)、大腸がん、肺がん、子宮頸がん、乳がん(視触診・マンモまたはエコー)、歯周疾患、生保健診(特定健診と同等の検査内容)

お問い合わせ 健康増進課 ☎853-7961



すこやかな妊娠と出産のために ~ 妊婦健診を必ず受診しましょう ~

妊娠中は体にいろいろな変化が起こります。特に気がかりなことがなくても、定期的に妊婦健診を受けて、お母さんとおなかの赤ちゃんの健康チェックをすることが大切です。

Q妊婦健診ってお金がかかるの?

最高14回までの健診費用が一部公費負担されます。親子(母子)健康手帳を交付する際に、妊婦健康診査の受診票、風疹・HIV抗体検査・クラミジア抗原検査などの受診票も一緒に配付しています。受診票は県内医療機関で利用でき、記載されている検査項目について公費で受けられます。(公費負担には上限額があり、受診票の金額を超えた場合は自己負担となります)

Q受診のタイミングは?

望ましい妊婦健診の回数は、妊娠週数23週までは4週間に1回、24週から35週までは2週間に1回、35週から出産までは1週間に1回の受診をおすすめしています。1回目妊娠8週頃とした場合、受診回数は合計14回くらいになります。症状によっては、早めの病院受診、医師への相談が必要になりますので自己チェックにも努めましょう。

※親子健康手帳・受診票の交付は、自己申告で行うことができます。(医療機関からの妊娠証明書は必要ありません)
※妊婦健康診査の事業費の一部は、「特定防衛施設周辺整備調整交付金」が充てられています。

Q妊婦健診ってなにをするの? メリットはなに?

妊婦さんの健康くあいや、お腹の赤ちゃんの育ちくあいをみるため、身体測定や血液・血圧・尿などの検査をします。(超音波検査8回分が公費負担で無料)
特に、貧血、妊娠高血圧症候群、妊娠糖尿病などの病気はお腹の赤ちゃんの発育に影響し、母体の健康を損なうことがあります。妊婦健診を受けることで、病気などに早く気づき対応することができます。母体と胎児の健康のため、必ず、妊婦健診は定期的を受けておきましょう。

【気をつけたい症状】

- むくみ がんこな便秘 性器出血
- 普段と違うおりもの 腹痛 強い頭痛
- 発熱 つわりで衰弱がひどい 下痢
- イライラ めまい 動悸が激しい
- はきけ・嘔吐 強い不安感
- 今まであった胎動を感じなくなったとき

お問い合わせ 地域保健課 ☎853-7962



那覇市食生活改善推進員と学ぶ 「TUNAGU」(つなぐ)パートナーシップ教室

健康づくりの主目的である「減塩」と「野菜と一皿(70g)」を重点テーマとして、講話や調理実習から生活習慣病の予防について学びます。

- 日時 3月12日(木) 10:00~15:00
- 場所 那覇市保健センター(那覇市字金城3-5-3)
- 内容 テキストを中心に学ぶ(生活習慣病や正しい食習慣、ロコモと運動について)、調理実習
- 持ち物 エプロン、三角巾、手拭き
- 定員 30人 ■対象者 市内在住の方
- 受講料 1人:350円(食材料費)

お申し込み・お問い合わせ 健康増進課 ☎853-7961



地方独立行政法人 **那覇市立病院** ☎884-5111(代表)

ゆいレール:「市立病院前」下車 24時間365日診療体制

当院は「地域医療支援病院」として地域の医療機関と連携しつつ、救急医療や高度医療を提供しています。外来診療は、当日の状況等により受診できない場合もございますので、予めご了承ください。

内科外来は「再診外来」、紹介状をお持ちの方の「紹介外来」になりました

●診療時間/月~金 8:45~17:00(左記以外は急病センター)

診療科	時間帯	月	火	水	木	金
内科	午前・午後			☑	☑	
	午前	○	○		○	○
小児科	午前			☑	☑	
	午後			☑	☑	
外科	午前・午後			☑	☑	
	午前	○	○		○	○
脳神経外科	午前			☑	☑	
	午後	☑	☑		☑	☑
皮膚科	午前			☑	☑	
	午後			☑	☑	
産科	午前			☑	☑	
	午後			☑	☑	
婦人科	午前・午後			☑	☑	
	午前	☑	☑		☑	☑
耳鼻咽喉科	午前			☑	☑	
	午後			☑	☑	
眼科	午前・午後	☑	☑		☑	☑
	午前			☑	☑	
整形外科	午前・午後			☑	☑	
	午前			☑	☑	
泌尿器科	午前・午後			☑	☑	
	午前			☑	☑	
歯科口腔外科	午前			☑	☑	
	午後			☑	☑	

☑ 紹介状持参の方 ☐ 予約のある方