健康コーナー

集団健診と個別健診
あなたに合った方法で健康チェック

◆集団健診　指定された日時・会場で受ける健診です。日程は、健康づくりカレンダー（P 2～3）でご確認ください。

【午前】
胃・大腸・肺がん検診、肝炎ウイルス検診、特定健診（国保）、後期高齢者健診、結核検診、一般健康診査

【午前・夜間】
子宮頸がん検診・乳がん検診、骨密度検診

◆個別健診　指定された医療機関で受ける健診です。健診日を自分で予約し受診します。

【特定健診（国保）・後期高齢者健診を受けられる医療機関】
・田村胃腸科内科医院・むつリハビリテーション病院・みちのくクリニック・川内診療所・三上医院・大畑診療所・村中内科心療内科医院・前田内科医院・むつ総合病院

【子宮頸がん検診を受けられる医療機関】
・北村医院むつレディスクリニック・中央レディスクリニック・むつ総合病院

◆健診の流れ
1．健診の申し込みをする
2．健診案内と必要書類が届く
　～個別健診の方は、医療機関に検診日を予約してください～
3．健診を受ける
4．健診結果が届く

平成２９年度より、前立腺がん検診および３０代の乳がん検診は、市の検診として実施しないこととなりました。前立腺がん検診に関しては、集団健診にて2,160円で自己検診の機会を設けますので、ご希望の方は健診当日、受付へお申し付けください。

問 健康推進課保健担当　☎ 22-1111 内線 2584

健康マイレージ当選者の喜びの声

平成 28 年度「むつ☆健康マイレージ」チャレンジ達成者第２回目の抽選でムチュラン賞当選者の喜びの声です。

お得がいっぱいの「むつ☆健康マイレージ」。

平成 29 年度はあなたも健康チャレンジしましょう!!

マイレージをきっかけに、色々なイベントに参加し、友達もでき楽しく運動を続けることができました。引き続き健康づくりに取り組みたいです。

会社（むつ市すこやかサポート事業所の大湊精電社）の仲間と健康マイレージにチャレンジしています。これからも続けていきます。

問 健康推進課保健担当　☎ 22-1111 内線 2572

５月のハローベビー教室
～夫婦・家族での参加大歓迎～

妊婦さんや旦那さん同士で、体験を中心に楽しく勉強します。妊婦さんのみの参加や里帰りされている妊婦さんも大歓迎です！健康マイレージ 100 ポイントです！

〈いつ〉 10 日（水）、17 日（水）、24 日（水）、６月１日（木）
　午後６時 30 分～８時（受付午後６時 15 分～）

〈どこで〉下北文化会館

詳しくは、市ホームページや平成 29 年度健康づくりカレンダー、電話で確認のうえお申し込みください。

みなさんの参加、お待ちしています！

問 健康推進課保健担当　☎ 22-1111 内線 2572

５月の献血受付日程

16 日（火）	むつ高等技術専門校 マルチステーションむつ	10：45～12：00 13：30～16：30
18 日（木）	サンデーむつ中央店	9：30～12：00 13：30～16：00
26 日（金）	むつ市役所本庁舎	10：45～12：00 13：30～16：30
27 日（土）	ユニバースむつ旭町店	9：30～12：00 13：30～16：00

問 健康推進課献血担当☎ 22-1111
内線 2587

５月の在宅当番医

3日（水）	みちのくクリニック	☎23-1171
4日（木）	さとう眼科クリニック	☎23-9165
5日（金）	北村医院むつﾚﾃﾞｨｽｸﾘﾆｯｸ	☎22-2135
7日（日）	田村胃腸科内科医院	☎22-3101
14日（日）	千田医院	☎22-2639
21日（日）	中央レディスクリニック	☎24-3151
28日（日）	角田整形外科医院	☎22-7945

〈時間〉午後７時～10時
※変更となる場合がありますので予めご確認ください

問 病院案内（下北消防本部）☎ 23-3999

むつ下北薬剤師会
５月の休日お薬電話相談

3日（水）	横迎町調剤薬局	☎22-0118
4日（木）	金匱堂薬局	☎22-3134
5日（金）	公済会薬局	☎0120-88-4721
7日（日）	川内調剤薬局	☎31-2200
14日（日）	しんまち薬局	☎090-2361-9387
21日（日）	レモン薬局	☎080-5748-8699
28日（日）	公済会薬局	☎0120-88-4721

〈時間〉午後６時～10時

問 休日お薬電話相談事務局
（七福薬局むつ内）☎ 34-9490

消費生活センターだより

Vol.57
次々と契約を迫る販売事業者にご注意ください！

問 むつ市消費生活センター（産業振興課内）
☎22-1353（直通）
〈土曜、日曜、祝日、お急ぎの場合などは〉
全国共通消費者ホットライン　☎局番なし 188

訪問販売で次々と必要のない布団や家庭用電気治療器などを契約させられたという相談が増加傾向にあります。

〈事例〉

ひとり暮らしの女性宅にリフォーム業者が訪問し、「お金がない」と断っても強引に契約書にサインをさせるなど、はっきり断ることができない消費者の気の弱さにつけ込み、次々と必要のない契約をさせられた。

〈ひとこと助言〉

◆訪問販売事業者は、勧誘に先立って、消費者に売買契約の締結について勧誘する目的であることを告げなければなりません。また、消費者が契約を締結しない意思を表示したのにもかかわらず、再び契約を締結するよう勧誘することは禁じられています。

◆消費者の財産の状況をはるかに超える金額の契約について、締結するよう勧誘する行為も禁止されています。

◆訪問販売業者が前記の行為を行なった場合は、契約締結日から８日間のクーリング・オフ（無条件解約）期間が過ぎても解約ができますので、少しでも不安に感じた場合や、強引に契約を迫られた場合は、ひとりで悩まず、早めに相談しましょう。

◆必要がないものであれば、玄関前ではっきり断りましょう。

夏秋冬

短歌

春長けて信号待ちのその先に逃げ水遊びぬ今年初めて　葛西秀子
入学も卒業もあり三人の子を持つ息子をただに身守る　加藤くに
眠りからさめたるごとき君子蘭紅き花芽をのばして笑まふ　津田美代
歩道行く日増しに融ける雪眺め足下軽し春はもうすぐ　中村勢子

俳句

雪解露（もや）空に吸はるる関根橋　阿部隆子
雪解風子等の笑顔のはじけたり　宮浦雅子
朝日浴び我が家の初湯濃々園　大森順子
干柿は土偶の色よ今日も晴　菖蒲川タカエ
裏山は採り放題の蕗の薹　相馬禮子
鳥曇りまた人送る鉦の音　山田冨江
折れた針私一人の針供養　真手スエ
縫針の穴のうやむや春の闇　中西かつよ
乗継ぎのホームで一句風光る　中村悦子
留守宅の池を訪れ春の鴨　石澤弘子

川柳

老いてこそみんなが認める位置がある　織田澄香
順番を待って眠りを深くする　石倉岳人
遠回りしたから拾った運もある　瀧尻善英
錆び止めをきかせてみたい自己主張　吉田大吉