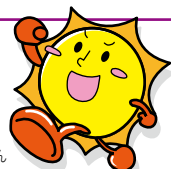


保健センターだより

11月

健康で元気に
過ごそう!!

うらトス21プランキャラクター・サントスくん



申し込み・問い合わせは、保健センター(☎0942-85-3650)へ

※「ところ」の記載がないものは保健センターで実施

がん検診・健康診査

記事ID 0001880

- 対象 鳥栖市に住民登録があり、次に該当する令和8年4月1日以降未受診の人

種類	対象
胃・大腸・肺がん検診	40歳以上の人
前立腺がん検診	50歳以上の男性
乳がん検診	40歳以上の女性
子宮頸がん検診	20歳以上の女性
特定健診★	40歳～74歳の人
ヘルスアップ健診	20歳～39歳の人

★特定健診は国民健康保険加入者のみ。同保険以外の方は、加入している健康保険の保険者に問い合わせください

- とき 11月11日(水)・12日(木)、8時～10時30分
- その他 全て予約制(先着順)。がん検診は事前に問診票などを郵送しますので、受診希望日の2週間前までに申し込みください(WEB予約は3週間前まで)

減塩の効果ってなに?

食塩摂取量と血圧は関係が深く、食塩摂取が多い地域は高血圧が多く、少ない地域は高血圧が少ないことが分かっています。



減塩の効果として、塩1gで収縮期血圧が-1mmHg、脳卒中死亡率が-3.2%となり、収縮期血圧が-5mmHgで脳卒中死亡率が-16%になると試算されています。減塩や血圧管理は寿命にも大きな影響があるため、国は1日の食塩摂取量6g未満を目標としていますが、日本人は1日に平均男性10.7g、女性9.1g程の食塩を摂取しており、目標には遠くおよばない状況です。減塩を助けるものとして、近年は減塩調味料なども多数販売されており、味はほとんどそのまま減塩できます(例:薄口醤油大さじ1杯2.9g→減塩醤油1.4g)。

保健センターでは、血圧計無料貸出、血圧手帳配布、相談などを随時行っています。ぜひご活用ください。

こどもの健診 ※受付時間は12時45分～13時45分(1歳6カ月児健診、3歳児健診)

記事ID 0001861

■1歳6カ月児健診(令和7年4月生まれの幼児)

- とき 11月17日(火)・18日(水)



■3歳児健診(令和5年4月生まれの幼児)

- とき 11月5日(木)・6日(金)



■5歳児健診(令和3年11月生まれの幼児)

- とき 11月24日(火)・25日(水)

- 受付時間 12時30分～13時30分



休日救急医療センター診察医

休日救急医療センター(☎0942-83-0119)

※受診希望者は、事前に電話してください

市ホームページ▶



記事ID 0001853

11月	内科	小児科	外科
	9:00～19:00(受付は18:30まで)		
1日(日)	○	○	○
3日(祝・火)	○	○	○
8日(日)	○	○	○
15日(日)	○	○	○
22日(日)	○	○	—
23日(祝・月)	○	○	○
29日(日)	○	○	○

鳥栖・三養基地区内歯科休日診療当番医

※当番医は変更になる場合があります

市ホームページ▶



記事ID 0001856

11月	診療所名	電話番号	所在地
	9:00～12:00		
1日(日)	古賀歯科医院	0942-92-7430	基山町
3日(祝・火)	こばやし歯科医院	0942-84-3939	田代外町
8日(日)	近藤歯科医院	0942-85-1717	今泉町
15日(日)	野口歯科医院	0942-82-6510	神辺町
22日(日)	さとう歯科クリニック	0942-89-9111	みやき町
23日(祝・月)	重松歯科医院	0942-92-1234	基山町
29日(日)	しもむら歯科医院	0942-81-5451	轟木町