



「けんしん」へ行こう！ ～ 私のために、家族のために～

岡山市では6月から「けんしん」が始まります。
期間後半は大変混み合いますので**早めに受診しましょう!!**
7～8月は
オススメです

岡山市のけんしん	
種 類	内 容
がん検診	肺・大腸・胃・乳・子宮頸がん検診、肝炎ウィルス検査
国民健康保険 特定健康診査	からだの状態を確認する基本的な健診 *岡山市国民健康保険以外に加入の方は、 加入する健康保険にお尋ねください。
国民健康保険 35歳からの健康診査	
後期高齢者健康診査	高齢者の健康寿命延伸のための健診
生活保護等受給者健康診査	からだの状態を確認する基本的な健診

対象者、検査内容、料金、持参するもの、実施医療機関等の詳細は、
愛育委員等が各戸配布する「けんしん・予防接種
ガイド」や岡山市HPをご確認ください。
「要精密検査」と判定された場合は、
必ず精密検査を受けましょう。



岡山市けんしん



お問合せ 岡山市けんしん専用ダイヤル ☎086-803-1202

高齢者肺炎球菌定期予防接種のご案内

- 対 象 者** 23価肺炎球菌ワクチンを接種したことがない人のうち、①又は②に該当する岡山市民
① 接種当日に満65歳の人
② 接種当日に満60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器または、ヒト免疫不全ウイルスによる
免疫の機能に障害を有する人(該当の障害単独で身体障害者手帳1級程度)
- 実施期間** 65歳の間に、23価肺炎球菌ワクチンを1回接種。
ただし、協力医療機関が実施する日に限る。
- 自己負担額** 3,670円(減免制度あり)
- 問い合わせ先** 保健所感染症対策課企画調整係 電話 086-803-1262 FAX 086-803-1713



保健管理課
からの
お知らせ



もし、家屋が浸水したら・・・

近年、大雨が原因で家屋の浸水被害が各地で発生しています。
家屋が浸水すると、細菌やカビが繁殖しやすくなります。
感染症予防のためのポイントは「**清掃**と**乾燥**」です。

浸水した家屋の
衛生対策

● 床下浸水したときの対応は？

- ① 床下や家の周辺にある不要物や汚泥等を片付ける。
 - ② 床下に水が溜まっている場合は、雑巾やポンプ等で吸水・排水し、可能なところは、水で洗い流す。
 - ③ その後扇風機等でよく乾かす。 **床下や庭など屋外の消毒は不要!**
- 床上浸水の場合は、食器や屋内の手に触れる場所は、消毒が必要となる場合があります。詳細は市HPへ



健康で豊かな生活をめざす
愛育活動の情報誌

発行/ 岡山市愛育委員協議会
事務局/ 〒700-8546 岡山市北区鹿田町一丁目1-1
岡山市保健福祉会館2階
TEL.086-803-1263 FAX.086-803-1758

2025.6

80

各種検(健)診への協力



行政などからの
依頼で健康づくりを
お手伝いします

委託活動

こんにちは赤ちゃん事業



それぞれの地域の
特性を活かして
活動しています

地域イベントへの協力



主体活動

情報誌ai編集会議



いのちを育む授業



エコー写真に
興味津々



行政や他の団体が
行う保健活動に
協力しています

協力・共同
活動

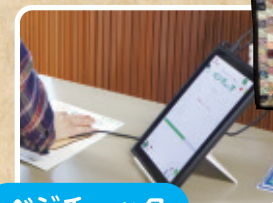
さんさん育児相談



ベジ・ファースト啓発キルト



ベジチェック



あい
トーク



愛育委員は、すべての人が健康で心豊かに生活できるように、声かけ
や見守りを通して健康づくりのお手伝いをしています。
また「健康市民おかやま21(第3次)」を推進する一員として、人と人
とのつながりを大切に健康づくり運動をすすめています。



男性の
愛育委員も
たくさん活躍
しています

何してる？

おやこクラブと交流

七夕飾り



季節の行事をととして交流を深めました。子どもたちと短冊を書いて、みんなで楽しく飾り付けをしました。

参加者の声

愛育委員さんとも、親しくお話ができ、いい会になっています。

子育て支援

参加者の声

季節感のあるコーナーやいろいろな遊びの場があり、選んで遊べて良かった。

子どもは異年齢児とも交流し、親は親同士で交流し、みんな笑顔になれる。

運動会



一緒に玉入れをしたり、競技の手伝いをしました。子どもの成長をみんな喜びあいました。

参加者の声

母親の私たちにも気さくに話しかけてくれてうれしい。

子育ての悩みも聞いてくれて頼りになる存在です。

健康市民おかやま21 第3次

今回は社会とのつながりについて取り上げます

愛育委員は各団体と連携して人と人をつなぐ活動をしています！

健康市民おかやま21(第3次)について詳しくはこちら



地域の団体と協力し、敬老会にて長寿を祝福しました。エプロンと面をつけて踊りました。バラバラな所に味が出て楽しかったです。

参加者の声

ほっこりと温かい気持ちになって、楽しかった！

地域の人と会えるのがうれしい。

参加者の声

久しぶりの人としゃべりながら歩いて良かった。

年に何回も開催して欲しい。



旭川沿いを300人ウォーク！

地域の人々と交流しながら運動できる機会を提供しています。子どもから高齢者まで参加し、そのうち3分の1は小学生以下の子どもたちでした。

地域の団体と協力

敬老会

岡山市南区南区敬老会



健康市民おかやま21活動



北市民健康づくり会議交流会

浜家輝雄氏の講演

「おしゃべりで健康に～人をひとりぼっちにしない町～岡山」

令和6年度「おかやま健康づくりアワード」受賞※

5中学校区のつながりの輪が広がっていくように毎年交流会を行っています。



令和7年度活動スタート！

4/23

総会並びに会長研修会を開催



今年60周年を迎える愛育委員に求めること

保健所長 松岡宏明

60年のうちに健康水準は著しく改善し寿命は延び、高齢独居も可能になった。今後は生活習慣病対策よりも、生活機能評価(フレイルチェック)や孤独対策が重要となる。孤独は喫煙に匹敵する健康のマイナス要因で、その解消には「ありがとう」と言ってもらえる経験が重要。また昨今子ども時代のつらい経験が成人後の健康へ悪影響があることと、伝統行事の楽しかった思い出がそれを抑える効果があることがわかってきている。引き続き地域の子どもと積極的に関わって楽しい思い出作りに貢献してほしい。

※健康寿命延伸のために、地域の中で健康づくり活動に積極的に取り組んだ団体に贈られます。

探訪

part II

市内98学区・地区それぞれの愛育活動をシリーズで紹介しています。

愛育活動は状況に応じて感染対策をして行っています。

加茂学区

造山古墳のある農村集落です。幼稚園・小学校に10年間読み聞かせで参加しています。

また、75歳以上の独居の方に届けるお寿司には児童の書いた絵手紙が託されます。明るい気持ちになれる手紙に皆さん喜ばれます。

町民運動会では、プラカードによるがん検診啓発を行い、その後フレイル予防を兼ねて愛育委員が踊りを披露しています。



高島学区

若い子育て世代が増えている学区です。おやこクラブとの交流会では、七夕飾りを一緒につけたり、絵本や紙芝居や手遊びをして楽しみました。子ども達の健やかな成長を祈るひとときとなりました。

介護予防教室も開催し、体の状態を知るために身体計測や軽い体操をしました。健康で充実した生活を考えるきっかけになりました。



七区学区

七区学区は玉野市に隣接し、国道30号線を境に東側に広がる、千両なすが名産の地域です。

灘崎・彦崎・七区学区合同で毎年乳がん・子宮がんの集団検診を実施しています。回覧やイベント等で検診について周知を行い、80名近くの地域の方が受診をされています。愛育委員は当日の受付や誘導を行っています。また日頃から、がん検診について普及啓発を行い、地域の誰もが健康になれる七区を目指し、活動に取り組んでいます。



福浜学区

毎年10月に「健康講座」を開催していますが、テーマの「フレイル予防」は今回で4回目になります。体組成計での健康チェックと初めてのベジ・チェックで野菜摂取量の測定を行った後、座ってできる体操で無理せず体を動かしました。また、栄養委員さん提供の低栄養予防食の試食や地域交番の巡査さんからの注意喚起など盛りだくさんの講座になりました。この日、体験したひとつでも持ち帰って、役に立ててもらえたら・・・と期待しています。

