

さわやか

■■■■■お知らせ■■■■■

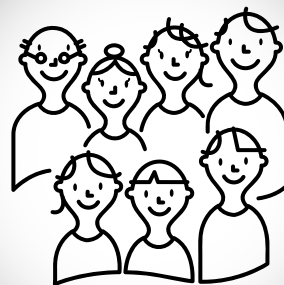


バスツアー 検診

■■■■■札幌対がん協会検診センター■■■■■

9月4日(木)・9月6日(土)

◆市役所前発着 午前 7 時 30 分
(帰りは午後 2 時 30 分ころの予定です。)



市民健康ガイド

◆**申込方法** 検診受付専用電話 ☎34-2585 平日 8 時 30 分から 17 時 00 分まで
その他、郵便やファックス、インターネットでも申込が可能です。詳しくは、広報 4 月号折込チラシをご覧ください。

* 広報 4 月号折込チラシは、交流センターみらい・総合体育館・茂尻支所・平岸連絡所・市役所健康づくり推進係窓口においてありますので、ご利用ください。

◆**申込締切** **8月8日(金)まで** ※申込み締切り後は、ご相談ください。
(冬期のバスツアー検診は11月27日(木)です。10月号広報でお知らせします。)

検診の種類		検診内容	対象	料金
特定健診・健康診査		身体計測・血圧測定・血液検査・尿検査・診察など	特定健診 : 赤平市国保加入者(40~74歳) 健康診査 : 後期高齢者医療(75歳以上) * 上記以外の保険の方 30歳代健診 : 30代で職場等で健診を受ける機会のない方	・赤平市国保加入者、後期高齢者医療の方、生活保護受給者の方は、無料。 ・上記以外の保険の方は各保険者にお問い合わせの上、受診券を発行してもらってください。 ・30歳代 1,000円(非課税・生保は500円)
がん検診	胃がん	胃バリウム検査	30歳以上	各1,000円 肺がん(胸部レントゲンのみ500円) 生活保護受給者・市民税非課税世帯の方は各500円 子宮頸がん自費(5,350円) 乳がん自費(50歳以上5,760円、40歳代6,790円)
	肺がん	胸部レントゲン検査		
	喀痰検査	採痰検査(3日間)		
	大腸がん	便潜血検査(2日間)		
	子宮頸部がん	子宮頸部細胞診	女性20歳以上 昨年度受診者は自費	
	乳がん (マンモグラフィー併用)	マンモグラフィー 視触診	女性40歳以上 昨年度受診者は自費	
肝炎検査		血液検査	40歳以上で過去に肝炎検査を受けたことがない方	
エキノコックス検査		血液検査	小学3年生以上	300円

■他にも、肺ヘリカルCT・子宮体部がん検診・骨粗しょう症検査・前立腺がん検診・腹部エコー・内臓脂肪測定等を自費で受けることができます。

■次の方は申込時にお申出ください。

- ①25年度非課税世帯の方・生活保護受給者の方。確認ができ次第、検診料金を減額します。
- ②乳・子宮・大腸がん検診無料クーポン及び、無料子宮頸がん検診受診券をお持ちの方。

元気がみつかるところ 「にじカフェ」

「工房赤平虹の架け橋」の通所者がカフェスタッフをつとめている、誰もが気軽に参加できるコミュニティカフェです。手作りスイーツを味わいながら健康について楽しくお話をしませんか。

オープン一周年!



日時: 8月21日(木) 14:00 ~ 16:00
場所: 市立赤平総合病院かあさん食堂「ぼらん亭」
内容: ゲーム・わらいヨガ・語り合いで笑って笑って残暑を吹き飛ばそう!



今月の
お知らせ



大人も子供も要注意！「夏に^{はや}流行る感染症」

待望の夏休み！…しかし、暑さから食欲不振になったり、休み中は生活習慣が乱れ、栄養バランスが欠けた食事や夜更かしが続いて、なにかと体調を崩しがち。そんな私たちを狙っているのが感染症です。感染症とは、ウイルスや細菌、真菌、微生物などが皮膚や粘膜などから体内に侵入して増殖し、さまざまな症状を起こす病気のことです。

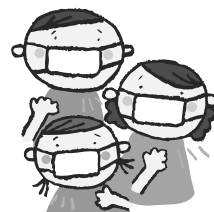
以下のことに注意しましょう。

こまめな手洗いを習慣づける(手洗いは多くの感染症に共通する重要な予防策！)



集団生活ではタオルの共用を避ける

お子さんが理解できる範囲で咳エチケットを心がける(人に向けてくしゃみをしないなど)



症状がみられたら、様子を見るのではなく、きちんとした診断をうけ、早めに治療しましょう。

感染症名 (主な原因ウイルス)	症 状 な ど
手足口病 (コクサッキーウイルス)	手足の水疱と口内炎ができる夏風邪の一種。胃腸風邪ウイルスからくる少々の下痢の症状を伴う。初日から2日目に熱が出るが、5日ほどで症状は回復する。
ヘルパンギーナ (主にコクサッキーウイルス)	高熱が長く続き、のどの奥に・発疹・水疱・潰瘍ができる特徴がある。予防接種はないので、毎年発症する子どももいる。発熱は2～4日間程度で解熱し、それにやや遅れてのどの発疹も消える。
風疹(風疹ウイルス)	発疹が胸と顔から広がり、リンパ腺が腫れるのが特徴。多少の熱が伴うが、4～5日で症状はひいていく。症状がひくまでは幼稚園・学校を休ませる。妊娠初期にかかることで障害をもった子どもが生まれる確率が高い。予防接種(MR:1歳、就学前)あり。
プール熱 (アデノウイルス)	正式には「咽頭結膜熱」といい、7月から9月のプールに入る時期に流行ることから通称プール熱と呼ばれている。高熱を伴い、のどと目の両方に炎症を起こす。
流行性結膜炎 (アデノウイルス)	目やにが出て、結膜が充血する。感染力が強く、乳児がかかると風邪の症状を伴うことが多く見受けられる。その症状は発熱やリンパ節の腫れなど。
水イボ (伝染性軟属腫ウイルス)	「伝染性軟属腫」といい、そのほとんどは自然に治る。一度かかると免疫ができるので次に発症することはない。また、伝染性と呼ばれているが、肌を露出した人と接触さえしなければ、うつることはない。