

本渡地区

大腸がん検診（便潜血検査、S状結腸内視鏡検査）を実施

■対象＝本渡地区に住んでいる人で、今年度40歳以上になる人（ただし、人間ドックや施設健診、地域健診などで大腸がん検診〔便潜血検査〕を受けた人または受ける予定の人は受診できません）。

■受診方法＝①10月3日㊤から同14日㊤まで（土・日曜日、祝日を除く）の、いずれも午前9時から午後5時までに天草中央保健福祉センターで便潜血検査容器を受け取る。②自宅で2日分の便をとる。③10月27日㊤、翌28日㊤の午前9時から午後5時までに、同センターに便潜血検査容器と個人負担金（右上表）を持参する。④11月21日㊤天草中央保健福祉センターで行う結果説明会に出席する。S状結腸内視鏡

◆大腸がん検診の個人負担金

検査項目	69歳以下	70歳以上・国保加入者
便潜血検査	500円	200円
S状結腸内視鏡検査	1,200円	400円

※生活保護の人は無料となります。証明書を持参してください。
※国保は天草市国民健康保険のことで、国保加入者は保険証を持参してください。

検査の該当者は予約をする。⑤12月14日㊤天草中央保健福祉センターで行うS状結腸内視鏡検査と結果説明会に出席する。

【S状結腸内視鏡検査】＝今回実施する便潜血検査が陰性で、次のいずれかに該当する人が対象となります（結果説明会時にお知らせします）。

- 過去5年、内視鏡検査を受けたことがない人。
- 過去にポリープなどを切除したことがある人など。

【問い合わせ先】天草中央保健福祉センター ☎0620

生食用生鮮食品による食中毒に注意しましょう

ヒラメや馬刺しに存在する特定の寄生虫により、食中毒の症状（一過性の嘔吐・下痢）が起こることがあります。一般的に重症化することはありませんが、子どもや高齢者、妊娠中、基礎疾患を持っている人など、抵抗力が弱い人は生食は避けたほうが良いでしょう。

ただし、すべてのヒラメや馬刺しの中にも、この寄生虫が含まれる食品を食べたとしても、必ずしも発症するものでもありません。よく加熱して食べることが最も有効な対策ですが、生で食べる場合はそれぞれ一定の条件で冷凍することにより安全性が高まります。詳しくは県のホームページ（<http://www.pref.kumamoto.jp>）でご確認ください。

また、O-157などの腸管出血性大腸菌による感染症が急増しており、特に乳幼児や高齢者では重篤な症状が見られることがあります。食品を十分に加熱することで感染予防に努めるとともに、手洗いの励行などで人から人への感染を予防しましょう。

【問い合わせ先】
天草中央保健福祉センター ☎0620

長引くせきは赤信号！

結核予防週間…9月24日(土)～30日(金)

結核は、明治時代から昭和20年代までの長い間、「国民病」と恐れられていました。医療や生活水準の向上により、薬を飲めば完治できる時代になりましたが、今でも1日平均68人の新しい患者が発生し、6人が命を落としている日本の重大な感染症です。市での発生は毎年30人前後、65歳以上の高齢の人がほとんどを占めています。

結核の初期症状はかぜとよく似ていますが、せきやたんが2週間以上続いたら、必ず医療機関で受診し、胸のレントゲン検査などを受けてください。年に1回は肺がん・結核検診も受けましょう。

日ごろから、次の「7つの健康習慣」を実行し免疫力をアップさせ、結核菌に負けない生活をするようにしましょう。

【7つの健康習慣】

- ①十分な睡眠をとる。
- ②標準体重を維持する。
- ③朝食を毎日食べる。
- ④過度の飲酒をしない。
- ⑤たばこを吸わない。
- ⑥汗が出る程度の運動を定期的にする。
- ⑦間食をとらない。



【問い合わせ先】
天草中央保健福祉センター ☎0620

五和・河浦地区

地域健診（特定健診、各種がん・胸部・腹部超音波・骨粗しょう症検診）を実施

五和・河浦地区に住んでいる人を対象に、特定健診（血液、尿検査、腹囲など）と各種がん検診などをまとめて1日で受診できる地域健診を実施します。4月に行った希望調査に基づき問診票を配付しますので、必要事項を記入し、健康保険証と個人負担金をあわせて当日持参してください。

また、地域健診の申し込みをしていない人で受診を希望する場合は、事前に天草中央保健福祉センター、天草西保健福祉センターまたは五和／河浦支所・総務市民課へご連絡ください。

- 日程＝別表1・2のとおり。
- 対象・個人負担金など＝別表3のとおり。
- 持参品＝問診票・個人負担金・保険証（生活保護世帯は証明書も持参してください）。
- ※職場健診や人間ドック、施設健診、その他の健診を受けた人または受ける予定の人は受診できません。
- ※発熱がある人や体調不良の人は、当日の受診はご遠慮ください。

◆五和地区の地域健診日程 (別表1)

期日	対象地区	場所
10月1日㊤～3日㊤	手野河原	地域交流センターおおくす
10月4日㊤～6日㊤	御領	五和町コミュニティセンター
10月7日㊤～8日㊤	鬼池	鬼池公民館
10月9日㊤～11日㊤	二江	五和漁村センター

◆河浦地区の地域健診日程 (別表2)

期日	対象地区	場所
10月8日㊤	一町田	一町田公民館
10月9日㊤		河浦中央体育館
10月10日㊤		河浦中央体育館
10月11日㊤	富津	富津公民館
10月12日㊤	宮野河内	宮野河内公民館
10月13日㊤	新合	新合公民館

※受付時間は午前7時30分から同11時までですが、一部同10時までの会場があります（事前に配布した問診票で受付時間をご確認ください）。

◆対象・個人負担金など (別表3)

種別	内容	対象	個人負担金	
			70歳以上の人や国保加入者	69歳以下で国保以外の人
生活習慣病予防健診	血液・尿・心電図などの検査	30～39歳の人	900円	
特定健康診査		40～74歳までの国保加入者		
高齢者健診	血液・尿などの検査	後期高齢者医療の加入者	800円	
胸部検診	レントゲン検査 喀痰検査(必要な人のみ)	40歳以上の人	200円	500円
			300円	800円
			200円	500円
大腸がん検診	便潜血検査2日法		200円	500円
胃がん検診	胃透視		500円	1,400円
腹部超音波検診	胆のう・すい臓・脾臓・肝臓・腎臓検査	30歳以上の人	300円	1,000円
乳がん検診	超音波検査	30～39歳、40歳以上(奇数年齢)の女性	300円	900円
	マンモグラフィ検査	40歳以上(偶数年齢)の女性	500円	1,400円
子宮頸がん検診	子宮頸部の視診・内診・細胞診	20歳以上の女性	400円	1,100円
骨粗しょう症検診	前腕のレントゲン検査または超音波検査	20～70歳の女性※1	200円	700円

※国保とは天草市国民健康保険のことで、生活保護世帯の人は無料です（証明書を持参してください）。
※1…20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の女性。

【問い合わせ先】天草中央保健福祉センター ☎0620 / 五和支所・総務市民課
天草西保健福祉センター ☎3301 / 河浦支所・総務市民課