

令和元年



町の保健だより



健康保険課 健康長寿班
連絡先 (内線 131~136)

○巡回肺がん・結核検診のお知らせ



〈日程〉: 10月15日(火)、16日(水)、17日(木)、18日(金)

〈対象〉: 40歳以上の方(令和2年3月31日時点での年齢となります。)

※65歳以上の方は、法律に基づき結核検診を年に一度は受診するよう規定されています。

★対象の方には、保健協力員をとおして10月初旬に「胸部検診(肺がん・結核)受診票」を配付します。

★夏の総合健診で「肺がん・結核検診」を受けた方は、今回受ける必要はありません。

★12月1日、2日に総合健診を受ける予定の方は、当日、肺がん・結核検診は行いませんので、今回の巡回肺がん・結核検診をご利用ください。

★10月1日~10月31日まで、「がん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン月間」となっています。病院や職場で肺がん・結核検診を受診する機会のない方は、ぜひ受診しましょう!

○10月20日は世界骨粗鬆症デーです

「あなたが骨まで愛してるって言ってくれたから...♡」



元気な骨を守るためにも、定期的な「検査」をオススメします。

骨を守るための3つのポイント ○適度な運動 ○十分な栄養 ○そして検査

※町では、年度内年齢で40・45・50・55・60・65・70歳の女性を対象に、1月19日(日)、20日(月)に骨粗しょう症検診を行います。申込方法などの詳細は、対象者にのみ12月頃個別通知します。

○知っていますか? 乳児ボツリヌス症~ハチミツを与えるのは1歳を過ぎてから~

乳児ボツリヌス症は1歳未満の赤ちゃんに特有の疾患です。赤ちゃんは腸内環境が整っていないため、口から摂取されたボツリヌス菌が腸内で増えて毒素を出すことにより発症します。便秘、哺乳力の低下、元気の消失、泣き声の変化、首のすわりが悪くなるといった症状を引き起こすことがあります。

ほとんどの場合、適切な治療により治癒しますが、まれに亡くなることがあります。



■乳児ボツリヌス症予防のために~赤ちゃんのお母さん・お父さんやお世話をする方へ~

1. 1歳未満の赤ちゃんがハチミツを食べることによって乳児ボツリヌス症にかかることがあります。
2. ハチミツは1歳未満の赤ちゃんにリスクが高い食品です。
3. ボツリヌス菌は熱に強いので、通常加熱や調理では死にません。1歳未満の赤ちゃんにハチミツやハチミツ入りの飲料・お菓子などの食品は与えないようにしましょう。

「傾聴サロン」で ほっこり、すっきりしませんか

誰かに話を聞いてもらいたいとき、また誰かと話をし
てすっきりしたいときなどありませんか?

鶴田町傾聴ボランティア養成講座修了生による「つる
りんの会」が、あなたのお話をじっくりと聴きます。お
話した内容の秘密は厳守します。安心してお越しくださ
い。

★日時: 10月7日(月)、21日(月)
午後1時~3時

★場所: 鶴遊館 栄養指導室



からだ すっきり! さっぱり! 健康運動教室のお知らせ

★開催日: 10月7日(月)、10日(木)、
17日(木)、21日(月)、
24日(木)、28日(月)、31日(木)

★場 所: 鶴遊館

★時 間: 午前10時~11時

*申し込み不要です。

*運動できる服装でおいでください。

お茶、水、タオルなどをお持ちください。

