

# 保健センターだより



## 第11回さくら市民公開講座

地域に健康と安心を

脳卒中「寝たきりにならないため知ろう、学ぼう」

日時 5月14日(土) 午後1時から4時  
午後1時受付開始

場所 大口町民会館2階

参加費 無料 ※事前申込不要

内容 健康チェック▽栄養相談▽介護相談▽手洗いチェック▽口モ体操▽ハンドマッサージ

講演 ▼さくら総合病院 副院長 秦誠宏さん▽脳神経外科 医師 江口馨さん▽理学療法士 平澤勉さん

▽管理栄養士 加藤未紗さん

主催 さくら市民公開講座事務局  
後援 尾北医師会、小牧市医師会、大口町・扶桑町・犬山市・小牧市江南市

問合せ さくら市民公開講座事務局  
☎95-6711(代表)

### 高齢者肺炎球菌ワクチン 予防接種(定期)

対象者 ①65歳の方

②60歳から65歳未満の方で、心臓・腎臓、呼吸器の機能に自己の周辺の日常生活活動が極度に制限される程度の障がいやヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいがある方(身体障害者手帳1級相当)

経過措置期間 (平成26年度から平成30年度)においては、当該年度に70・75・80・85・90・95・100歳となる方も対象となります。

※ただし過去にニューモバックスNP(23価ワクチン)を接種したことがある方は、定期予防接種対象外です。

接種期間 4月1日(金)から平成29年3月31日(金)まで

接種費用 2000円(町民税非課税世帯・生活保護世帯の方は、事前申請で無料)

※平成28年度対象の方には、個別通知しています。詳細は、通知内容をご確認ください。

対象者 ①75歳以上の方

②66歳から75歳未満の方で、心臓・

### 高齢者肺炎球菌予防接種 助成事業(任意接種)について

腎臓、呼吸器の機能に自己の周辺の日常生活活動が極度に制限される程度の障がいやヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいがある方(身体障害者手帳1級相当)

※ただし過去に高齢者肺炎球菌ワクチンを予防接種した方や、定期予防接種対象者は対象外です。

助成金額 4139円(町民税非課税世帯・生活保護世帯の方は、事前申請で8139円)

▽高齢者肺炎予防接種は、「定期接種」または、「助成事業(任意接種)」のいずれかを1回限り受けられます。

不明な点は、健康生きがい課へお問い合わせください。

### MR第2期予防接種

対象 平成22年4月2日から平成23年4月1日生まれのお子さん

期間 4月1日(金)から平成29年3月31日(金)まで

※予防接種は出生時(または転入手続き時)にお渡ししています。紛失された方は、印かん(スタンプ式以外)と母子健康手帳を持参し、再発行の手続きをしてください。

### 歯周病予防健診を受けて8020をめざしましょう

生涯にわたってバランスよく何でも自分の歯で食べることができるよう、80歳まで20本の歯を保つことを目標にしましょう。歯周病は重症化すると歯を失う原因になります。

早期発見のために歯科医院での定期健診を受けましょう。町では無料の歯周病予防健診を実施していますので、活用ください。

内容 一般歯科診査・歯周病診査・歯科相談・ブラッシング指導

対象 40歳以上の方

実施期間 4月1日(金)から平成29年3月31日(金) 診療時間内

申込み 次の医療機関へ直接お申込みください。

伊藤歯科医院	☎95-3680
オーシマ歯科	☎95-6166
丹羽歯科	☎95-6655
舟橋歯科クリニック	☎95-7100
もみの木歯科	☎95-3939
大口歯科	☎95-3745
さくら総合病院口腔外科	☎95-6711
藤本歯科医院	☎81-4321
本来堂デンタルクリニック	☎96-0817
ライフデンタルクリニック	☎95-0046

今月の健康俳句 花菜道ときに頼刺す風にあふ

土川 喜一郎

今月の健康川柳 一万歩ノルマいじめる歩数計

吉田 雄亮

# 健康診査を受けましょう！

大口町の死因の約4割を占めるがん、心臓病、脳卒中などの生活習慣病は、気づかぬうちに進行し、放っておくと重症化してしまいます。自分の健康を守るために、1年に1回の健康診査を必ず受けましょう。

町で実施する検診の内容と対象(対象年齢は平成28年度末年齢)は次のとおりです。

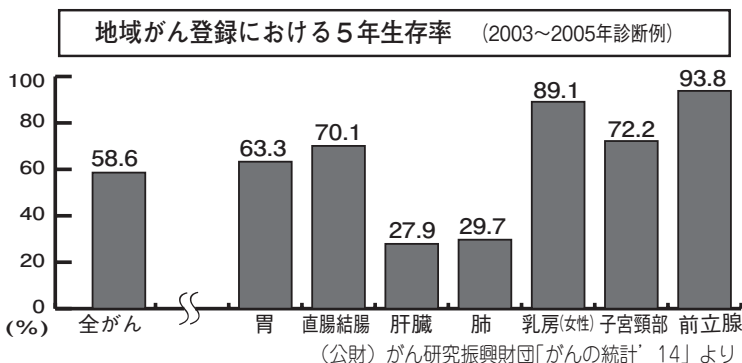
■ 実施場所、日程等は平成28年度各種検診のご案内(次頁)をご覧ください。

	結核・肺がん検診	胃がん検診	大腸がん検診
内容	①胸部X線検査(結核) ②胸部X線検査(肺がん)	①胃部X線検査 ②胃管内視鏡検査	便潜血検査(2日法)
対象	①40歳以上の方 ②20歳以上の方	①20歳以上の方 ②40歳以上の方	20歳以上の方
	乳がん検診		子宮頸がん検診
内容	①視診・触診・マンモグラフィ(X線検査) ②視診・触診・超音波検査		視診・細胞診
対象	①和暦偶数年生まれで35歳以上の女性 ②20歳以上の女性		和暦偶数年生まれで20歳以上の女性
	前立腺がん検診	骨密度測定	肝炎ウイルス検査
内容	血液検査(PSA検査)	かかとの超音波検査	血液検査(B型・C型肝炎ウイルス検査)
対象	50歳以上の男性	20歳以上の方	40歳の方、41歳以上で検査を受けたことがない方
	ピロリ菌検査		
内容	血液検査(ヘリコバクターピロリ抗体およびペプシノゲン検査)		
対象	40歳以上の方(消化器疾患で治療中又は手術歴のある方、ピロリ菌検査またはピロリ菌除菌治療を受けたことのある方は対象外)		
	わかば健診		
内容	身長・体重・腹囲・血圧測定、尿検査、診察、血液検査(脂質・血糖・貧血・肝機能・腎機能)		
対象	20歳から39歳の方		
	特定健康診査・後期高齢者医療健康診査		
対象	40歳以上の大口町国民健康保険加入の方および後期高齢者医療該当の方		
実施期間	7月から10月 ※詳しくは広報7月号でお知らせします。		

## ★下記の対象者の方にがん検診無料クーポン券を送付します★

子宮頸がん検診	平成7年4月2日から平成8年4月1日生
肺・胃・大腸・乳・子宮頸がん検診、肝炎ウイルス検査	昭和50年4月2日から昭和51年4月1日生
肺・胃・大腸・乳・子宮頸がん検診	昭和45年4月2日から昭和46年4月1日生
肺・胃・大腸・乳・子宮頸がん・前立腺がん検診 (50才以上の男性)	昭和40年4月2日から昭和41年4月1日生
	昭和35年4月2日から昭和36年4月1日生
	昭和30年4月2日から昭和31年4月1日生

死因第1位のがんは生活習慣や生活環境の見直しにより予防ができます。また、早期に発見して治療すれば、ほぼ完全に治るがんも増えてきています。がんで亡くなるリスクを減らすため、適切な予防と定期的な検診を受ける習慣をつけましょう。



## がんを防ぐための新12か条

- 1条 たばこは吸わない
  - 2条 他人のたばこの煙をできるだけ避ける
  - 3条 お酒はほどほどに
  - 4条 バランスのとれた食生活を
  - 5条 塩辛い食品は控えめに
  - 6条 野菜や果物は不足にならないように
  - 7条 適度に運動
  - 8条 適切な体重維持
  - 9条 ウイルスや細菌の感染予防と治療
  - 10条 定期的ながん検診を
  - 11条 身体の異常に気がいたら、すぐ受診を
  - 12条 正しいがん情報でがんを知ることから
- (公財) がん研究振興財団

## 平成28年度 各種検診のご案内(保存版)

**対象** 町内にお住まいで、勤務先などで検診を受ける機会のない方が対象です。  
 集団検診または個別検診のどちらかご都合のよい方法で受診してください。各検診は1年度1回の受診に限ります。  
 (2回以上受診された場合、2回目以降の検診費用は全額自己負担となります。)

**持ち物** 検診費用、健康保険証など生年月日・住所が確認できるもの、検診パスポート(お持ちの方)

日程	結核・肺がん検診(申込み不要) 対象 40歳以上の方 費用 無料		
	午前9時30分から10時15分	午前11時15分から正午	午後2時から2時45分
5月30日(月)	豊田学共施設	秋田学共施設	外坪学共施設
6月 3日(金)	上小口学共施設	河北学共施設	さつきヶ丘防災センター
6月 6日(月)	大屋敷学共施設	中小口地区コミュニティセンター	余野学共施設
6月 7日(火)	午前10時15分から11時		午後1時30分から3時
	下小口学共施設		ほほえみプラザ(保健センター)

※かくたん検査(容器配布)は50歳以上で喫煙指数(1日喫煙本数×喫煙年数)が600以上の方。費用は300円。

がん検診		場所		申し込み		電話等で健康生きがい課へお申し込みください。(申込み受付5月10日(火)から)			
検診の種類		胃がん(X線)	大腸がん(容器配布)	乳がん(マンモ)	乳がん(超音波)	子宮頸がん(細胞診)	前立腺がん(P S A)	骨密度測定(超音波)	わかば健診
費用		1000円	400円	1000円	700円	800円	300円	300円	500円
6月 7日(火)	午後		●				●		
6月29日(水)	午前	●	●						
6月30日(木)	午前		●	●	●			●	
	午後		●	●		●		●	
7月21日(木)	午前		●	●					
	午後		●	●		●			
9月14日(水)	午前		●	●				●	
	午後		●	●		●		●	
9月16日(金)	午前	●	●				●		
9月30日(金)	午前		●	●	●				
	午後		●	●		●			
平成29年 1月22日(日)	午前	●	●		●				●

実施期間 6月1日(水)から平成29年1月31日(火) 診療時間内 医療機関へ直接お申込みください。										
検診の種類	肺がん	肺がん(X線・かくたん)	胃がん(X線)	胃がん(内視鏡)	ピロリ菌検査※	大腸がん	乳がん(マンモ)	乳がん(超音波)	子宮頸がん	肝炎ウイルス※
自己負担金	500円	1500円	2000円		1000円	500円	1500円		1000円	無料
今井医院 ☎95-2534	●	●	●	●	●	●				●
佐野医院 ☎95-3179	●	●	●	●	●	●				●
さくら総合病院 ☎95-6711	●	●	●	●	●	●	●	●		●
すずいクリニック ☎96-1114	●	●	●	●	●	●		●		●
つくしファミリークリニック ☎94-0294	●	●			●	●				●
みどりクリニック ☎95-0881	●	●	●	●	●	●				●
やまだクリニック ☎94-1333	●	●	●		●	●				●
山田外科内科 ☎96-6000	●	●	●	●	●	●		●		●
伊藤整形・内科 ☎92-3382							●	●	●	
犬山中央病院 ☎0568(62)8246							●	●	●	
江南厚生病院 ☎51-3330							●	●	●	

※ピロリ菌検査、肝炎ウイルス検査は実施前に健康生きがい課へ申請してください。