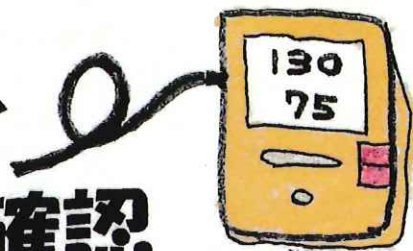
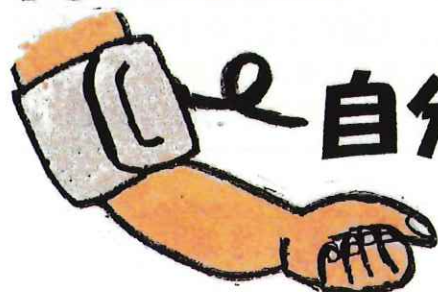
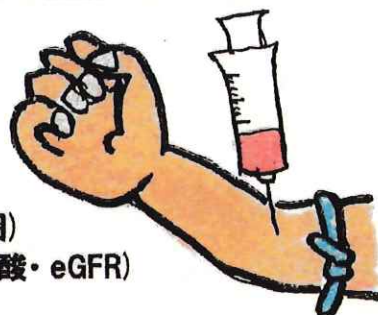


特定健診・ガン検診で、 自分の今を再確認



9月5日(土) 常盤まちづくりセンターで草津市集団けん診

日本人の死因の50%は「ガン」「心臓疾患」「脳卒中」等の生活習慣病となっています。特に、ガンは2人に1人がかかる身近な病気です。気がつかずに放置していると深刻な事態となります。健康診断を受ける機会のない方はもちろん、各種ガン検診も行っていますので、この機会での受診をおすすめします。受診の詳細は、4月1日草津市発行・配布の「さわやか健康だより」を参照するか、草津市保険年金課(☎077-561-2366)に問い合わせして下さい。



1. 特定健康診査 — 40～74歳の国民健康保険加入者が対象

問診(病歴・服薬歴・喫煙歴等)⇒身体計測(身長・体重・BMI・腹囲)

⇒血圧測定⇒診察⇒血液検査(脂質・血糖・肝機能・クレアチン・尿酸・eGFR)

⇒尿検査

※草津市では診査結果で生活習慣の改善が必要となった方へ、「特定保健指導」を実施しています。

2. ガン検診 — 受診当日、市に住民登録している該当年齢の人が対象

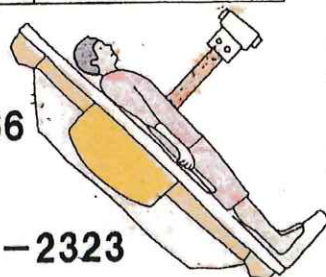
種類	対象者	内容	受診料金	受診頻度
肺ガン・結核	40歳以上	胸部 X 線検査	700 円	1年に1回で可
肝炎ウィルス	40歳以上	血液検査	1,000 円	一生に1回で可
胃ガン	50歳以上	X 線(バリウム)検査	2,300 円	2年に1回で可
		胃内視鏡検査	3,100 円	
大腸ガン	40歳以上	検便(便潜血)検査	500 円	1年に1回で可
子宮頸ガン	20歳以上の女性	内診・細胞診	1,600 円	2年に1回で可
乳ガン	40～49歳の女性	マンモグラフィ2方向	2,000 円	2年に1回で可
	50歳以上の女性	マンモグラフィ1方向	1,400 円	

3. 受診の申し込み—6月1日(月)より

「特定健康診査」のみ申し込み…草津市保険年金課☎077-561-2366

「特定健康診査+ガン検診両方」、「ガン検診のみ」の申し込み

…草津市健康増進課☎077-561-2323



令和8年度「長寿番付表」

発行についての、お知らせです。



常盤学区社会福祉協議会が毎年9月1日付発行、全戸配布する「常盤学区 長寿番付表」について、学区内の皆様にはご愛読、ご支援をいただきまして、ありがとうございます。

この番付表は、9月の「敬老週間」での敬老会行事に併せて長寿お祝いのかねて始まり、今では常盤学区の季節の風物詩として多くの老若男女の方々に親しまれているものです。

ただ昨今の社会事情により「個人情報保護」の観点から、現在の在り方は問題ではないか?…との意見が寄せられました。「氏名」「町名」を公開している点で、もっともな指摘であると考えられます。

学区社会福祉協議会内でこれまで様々な在り方を検討した結果、今年度の「常盤学区 長寿番付表」については次の通りとしました。

①理由は問いませんので、長寿番付表への掲載を拒否希望の方は下記に連絡して

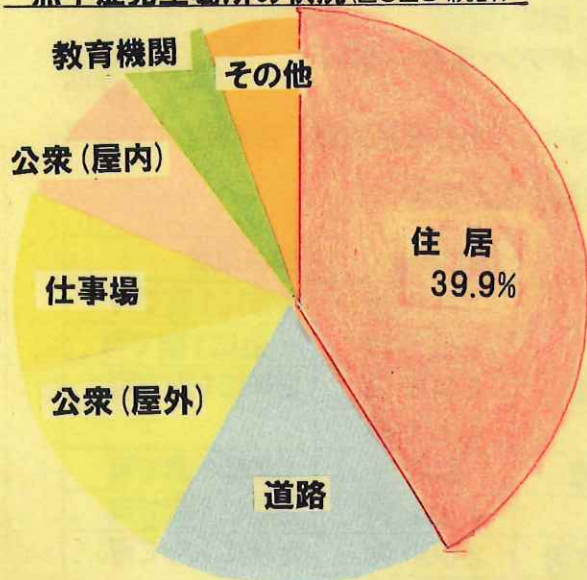
いただければ、連絡者の氏名は掲載しません。

(連絡先) 学区社・協 山本敏雄 ☎090-5652-2988

②今年度の長寿番付表の発行・配布に付いては、①の処置の上で実施いたします。

危険な暑さから身を守ろう !! … 今年の夏も猛暑になりそう

熱中症発生場所の状況(2023 統計)



「熱中症」の約40%は、屋内で発生しています。

熱中症は意外ですが、屋内で発生する傾向があり、特に年齢を重ねるほど発症しやすくなります。

①高温多湿のため体温調節機能が弱くなって「高熱」「生あくび」等が発症します。

特に高齢になると体温調整機能が低下し、冷房設定が不適切な屋内で長時間いると、熱中症の危険性が高まります。

⇒ 室温 28℃以下、湿度 50～60%以下

②ノドが、かわくまで水分を取らない生活スタイルでは、体内の水分不足が進み、体温調節機能が低下し発症しやすくなります。

⇒ 定期的に、少しずつこまめに飲む

塩分を含む昆布茶・経口保水液等を補給

③屋外では直射日光や、アスファルトの照り返し対策も必要+外出先でも水分・塩分の補給。

電話を使った詐欺には、十分にご注意願います !!

心当たりのない電話には出ない! もし間違っても、応答せずに電話を切る !!

電話を使ったオイシイ話・もうけ話・甘い話・警察署からの怖〜い話…詐欺ですよ