



保健センターからのお知らせ

「胃がんゼロのまち」をめざして

～今年度から、中学生ピロリ菌検査（無料）事業を実施します～

ピロリ菌検査の意義

近年胃がんの発症は、80%がピロリ菌感染によるものであり「胃がんは感染症」といわれています。

ピロリ菌は、5歳ぐらいうまに感染し、その感染源は、家族等からの感染（家族内感染）が約80%を占めています。口からの経口感染で、一度感染すると胃の中にずっと住み続けます。

ピロリ菌がいることが分かれば除菌（服薬）を行うことで、胃炎や胃潰瘍、そして胃がんを予防することが期待できます。その効果は、感染期間が短いほど高くなるということが明らかになっています。

また、子どもの感染は、その家族（保護者等）が感染している可能性が高いことから、家族のピロリ菌感染を見つけることができる機会にもなります。これらを踏まえ、市内に住所を有する中学3年生を対象にピロリ菌の検査を実施することとしました。

検査の対象 市内に住所を有する
中学3年生

検査の内容 尿検査

検査費用 無料

検査の流れ ピロリ菌検査の希望調査書を郵送。



ピロリ菌検査（尿検査）実施。

阿波踊り体操教室

日時 7月6日(金) 10:00～11:00

場所 ひまわり会館2階 ふれあいホール

講師 あなん阿波踊り体操愛好会

（阿波踊り体操指導員）

対象 運動制限のない方（年齢制限なし）

持参物 飲み物、タオル、健康手帳（無い方は交付します）

血糖検査・糖尿病講演会

阿南健康づくりセンターでの初めての講演会です。無料の血糖検査や各種相談コーナーもあります。ぜひ、ご参加ください。

日時 7月24日(火) 13:30～16:00

場所 阿南健康づくりセンター2階

演題 「血糖値について知ろう！」

講師 阿南天満クリニック 糖尿病専門医
天満 仁さん、天満病院 管理栄養士
廣澤三智子さん、阿南天満クリニック 理学療法士
平澤小百合さん

※入場無料、要予約。先着80人・予約先：保健センター

食中毒を防ぐ6つのポイント

～食品の購入から食べるまでの過程で予防の原則を実践～

①買い物

消費期限を確認する。肉や魚は汁が他の食品に付かないように分けて袋に入れる。

②家庭での保存

冷蔵や冷凍の必要な食品は、すぐに冷蔵庫や冷凍庫に保管する。肉などは、取り扱う前と後に必ず手を洗う。

③下準備

調理の前に石けんで丁寧に手を洗う。食材を流水できれいに洗う。冷凍食品の解凍は自然解凍を避ける。使用後の調理器具は洗った後、熱湯をかけて殺菌する。

④調理

調理の前に手を洗う。肉や魚は十分に加熱。中心部を75℃で1分間以上の加熱が目安。

⑤食事

食べる前に石けんで手を洗う。

清潔な食器を使う。

⑥残った食品

清潔な容器に保存する。

温め直すときも十分に加熱する。

時間が経ちすぎたものは思い切って捨てる。



特定不妊治療費助成事業

少子化対策の一環として、特定不妊治療を受けられた夫婦に対して治療費の一部を助成しています。

対象者

次の要件を全て満たしていること

- ・法律上婚姻している夫婦であること
- ・治療開始時に、夫婦が1年以上阿南市に住所を有していること
- ・徳島県の特定不妊治療費助成に係る事業の交付決定を受けていること

対象となる治療

徳島県が指定した医療機関において行う特定不妊治療（体外受精・顕微授精）

助成の額および回数

1回につき10万円を限度に、通算6回まで申請等

助成を受けようとする方は、保健センターまでお問い合わせください。

熱中症を予防しましょう

熱中症の発生は7～8月がピークですが、適切な予防をすれば防ぐことができます。自身の体調変化に注意するとともに、周りの人にも気を配り、熱中症による健康被害を防ぎましょう。

予防のポイント

- ・こまめな水分、塩分の補給
- ・涼しい服装
- ・外出時は日傘や帽子を着用
- ・扇風機やエアコンを使った室内の温度調整

このようなことにも注意が必要

- ・暑さの感じ方は人によって異なります。高齢者は特に注意を！暑さに対する体の調整機能が低下しています。高齢者や子どもは周囲の人が見守って、みんなで協力して熱中症予防を呼びかけあいましょう。
- ・節電を意識するあまり、熱中症予防を忘れないように。

保健センター（☎22-1590）へ

献血にご協力ください（7月）

実施日	採血場所	所在地	採血時間
11日(水)	南部テクニクス	桑野町	10:00～11:00
	阿南農業協同組合（アグリあなん）		11:50～12:40

※400ml 献血のみの実施です。

※一般の方のご協力もよろしく申し上げます。

☎ 徳島県赤十字血液センター
☎088-631-3200 へ

認知症カフェのご案内

●ほっこりカフェin橋

日時 7月14日(土) 13:30～15:30

場所 橋公民館

●ほっこりカフェin桑野

日時 8月4日(土) 13:30～15:30

場所 桑野公民館

〈共通事項〉

内容 認知症の人と家族の会の方を囲んで～悩みや疑問についての相談会～

申込方法 下記まで申込。※参加費無料

☎ 中部高齢者お世話センター
☎23-3728 へ

かもだ岬温泉保養施設



【7月の休館日】

2日(月)、9日(月)、17日(火)、23日(月)、30日(月)

※26日(木)は風呂（ふる）の日です。

一般入浴料半額

☎ かもだ岬温泉保養施設
☎21-3030 へ