



保健センターからのお知らせ

中学3年生にピロリ菌検査事業を今年も実施します※無料

各ご家庭に、ピロリ菌検査希望調査書を郵送します。(8月末頃を予定)

1. 検査の実施について

対象 市内に住所を有する中学3年生

内容 尿検査

費用 無料

時期 ピロリ菌検査の希望調査書を各ご家庭に郵送予定。(8月末頃)

検査は、希望者にピロリ菌検査(尿検査)容器の配布→検査実施(9月末頃を予定)となります。

2. 平成30年度の実績

・検査の実施者数および実施率

458人/702人(約65%)

・陽性者数および陽性率

32人(約7%)

※全国の中学生ピロリ菌検査の陽性率は、約4~5%です。

3. 検査の意義

胃がん患者の98%~99%がピロリ菌感染者または、過去に感染したことがある人といわれています。ピロリ菌は、服薬により除菌でき、若年者の時点で早期の除菌を行うことで、子どもたちの将来の胃がんの発症リスクの軽減につながります。ぜひピロリ菌の検査を受けましょう!

中学3年生の保護者の方は、保健センターからの通知(8月頃届く)をご覧ください。

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。

糖尿病講演会 ※無料・要予約

今年も糖尿病の講演会を行います!阿南医療センターの糖尿病外来にてご活躍をされている先生に、糖尿病に関するお話をしていただきます。ぜひご参加ください。

日時 7月25日(木) 10:00~11:30

場所 健康づくりセンター2階

演題 「知ってほしい、糖尿病のお話」

講師 徳島大学大学院 特任准教授

湯浅智之さん

予約先 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
10日(木)	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。

☎ 徳島県赤十字血液センター

(☎088-631-3200)へ

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°C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

次の要件をすべ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「このとり応援事業」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。

阿波踊り体操教室



日時 7月12日(金) 10:00~11:00

場所 健康づくりセンター2階 健康広場

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)

お酒に関する相談・例会

お酒をやめるためには理解と仲間が必要です。一度相談に来てみませんか。

日程 ▶7月10日(水) 18:30~20:30

羽ノ浦地域交流センター

▶7月12日(金) 18:30~20:30

ひまわり会館3階

▶7月26日(金) 18:30~20:30

ひまわり会館3階

例会の内容 今月のテーマ「家族の協力」

※県内他会場でも実施しています。下記へお問い合わせください。

☎ NPO法人徳島県断酒会事務局

(☎088-641-0737)へ