



## がん検診のみ受けられる 集団検診

※完全予約制。当日受付はできません。

検診内容 乳がん、骨粗しょう症、  
大腸がん

完全予約制 人数制限があります。  
検診日の2週間前までに  
総合健診センター  
☎088-678-3557  
受付平日8:30~16:00へ  
ご予約ください。

検診日程 9月28日(水)  
健康づくりセンター

実施時間 8:30~12:00  
13:00~16:00

## 特定健診と併せて受けられる 集団のがん検診

※完全予約制。当日受付はできません。

検診内容 胃がん、肺がん、前立腺がん、  
大腸がん、肝炎ウイルス検診、  
特定健診

完全予約制 人数制限があります。  
検診日の2週間前までに  
総合健診センター  
☎088-678-3557  
受付平日8:30~16:00へ  
ご予約ください。

検診日程  
8月23日(火) 椿泊漁協(8:30~10:30)  
9月15日(木) ★健康づくりセンター  
9月29日(木) ★健康づくりセンター  
★印の会場のみ、無料歯周病検診も実施。  
実施時間 8:30~11:30

※詳しくは広報あなん7月号、またはがん  
検診等受診券をご覧ください。

※現在、順次予約が埋まっているため、予  
約時に空きがない場合もあります。ご了  
承ください。

## お酒に関する相談・例会

お酒で悩んでいませんか。巻き込まれてい  
ませんか。一度、相談・例会の見学に来て  
みませんか。

日程 ▶8月10日(水) 18:30~20:00  
羽ノ浦公民館  
▶8月12日(金) 18:00~20:00  
ひまわり会館  
▶8月26日(金) 18:00~20:00  
ひまわり会館

例会の内容 今月のテーマ「断酒優先」  
☎ NPO法人 徳島県断酒会事務局  
☎088-641-0737

## 日本脳炎予防接種について

日本脳炎は、ウイルスを保有する蚊に刺さ  
れることで、感染した100~1000人に1人  
が脳炎症状を発症すると報告されていま  
す。日本脳炎ウイルスは、西日本を中心に  
広い地域で確認されています。蚊に刺され  
る機会が多い季節ですので、体調の良い  
ときに、医療機関に予約の上、早めに接種  
しましょう。

### 【第1期】

対象者 生後6カ月から7歳6カ月未満ま  
でに3回接種

※3歳になる月に予約票を送付しています。

### 【第2期】

対象者 9歳から13歳未満までに1回接  
種

※毎年、小学4年生に予約票を送付して  
いますが、昨年度ワクチンの出荷調整が行  
われていたため、令和4年度は小学4年生  
および5年生の2学年に送付しました。

平成17年度から平成21年度にかけて接  
種勧奨の差控えにより、接種の機会を逃し  
た方に対する定期の予防接種

### 【特例対象者】

①平成7年4月2日生~

平成19年4月1日生  
接種期間 20歳の誕生日前日まで

②平成19年4月2日生~

平成21年10月1日生  
接種期間 9歳から13歳未満まで

①と②の対象者の接種回数

第1期3回、第2期1回の未接種分が接種  
できます。

※予約票の再交付を希望される方は母子  
健康手帳をお持ちの上、保健センター  
までお越しください。

## 熱中症に注意!

### 【暑さを避ける!】

- 扇風機やエアコンで温度を小まめに調節
- 遮光カーテンやすだれ、打ち水を利用
- 外出時は日傘や帽子を着用
- 天気の良い日は日陰の利用、小まめな休  
憩
- 吸湿性・速乾性のよい衣服を着用
- 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで体を冷  
やす

### 【小まめに水分を補給する!】

- 室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じ  
ていなくても水分・塩分などを補給

### 【熱中症の症状】

めまい、立ちくらみ、筋肉痛、大量の発汗、  
筋肉のこむらがえり、生あくび  
(症状がすすむと)  
頭痛、嘔吐、虚脱感、倦怠感、集中力低下、  
判断力低下

★応急処置をしても改善されない場合は  
医療機関を受診しましょう

### 【熱中症を疑われる人を見かけたら】

#### (主な応急処置)

- エアコンが効いている室内や風通しの  
よい日陰など涼しい場所へ避難
- 衣服をゆるめ、体を冷やす  
(首の周り、わきの下、足の付け根など)
- 水分・塩分、経口補水液などを補給

★自力で水が飲めない、応答がおかしい  
時はためらわずに救急車を呼びましょう!

## ✦ 献血にご協力ください(8月)

実施日	採血場所	所在地	採血時間
14日 (日)	ショッピングプラザ アピカ	西路見町	10:15~ 12:00 13:00~ 16:00

※400ml献血の実施です。  
※一般の方のご協力もよろしくお願いいたします。  
☎ 徳島県赤十字血液センター  
☎ 088-631-3200

## 「健康相談」 随時受付中

### 相談内容

次のような身体に関するお悩み事

- ・がんに関する悩みを相談したい
- ・食生活や自分に必要な栄養を知りたい
- ・健診を受けたが見方がわからない等

受付時間 平日8:30~17:00

## 問い合わせ

# 保健センター ☎22-1590

