

令和元年度 巡回 (結核・肺がん、大腸がん) 検診のお知らせ

- 対象・・・40歳以上
- 負担金・・・結核・肺がん検診…**無料**
大腸がん検診(便潜血検査)…**300円**



★巡回がん検診は、下記の会場を検診車が巡回します。

受付時間	9:00 ~ 9:30	9:50 ~ 10:30	10:50 ~ 11:30
7月 8日 月	西豊永公民館	東豊永公民館	南町民センター
7月 9日 火	久重北公民館	ふれあい広場	B & G 海洋センター
7月 10日 水	鬼王公民館	保健センター	町公民館

○事前にお申込みをされている人は…

6月下旬に問診票・検査セットを郵送します。都合のよい会場で受診ください。

○お申込みをしていない人は？

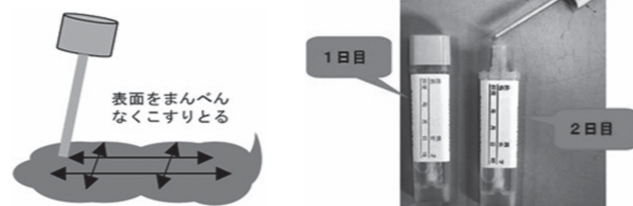
上記の会場へ直接来てください。問診票は当日会場で記入してください。
※大腸がん検診は検査セットが必要ですので、受診を希望される人は保健センターまでご連絡ください。

○肺がん検診 胸部レントゲン



○大腸がん検診 (便潜血検査)

2日分の便を取ります



便に血が混じっていないかを調べる検査です。
※代理の方でも提出できます。

がんサロン “なんかん とっば会”

がんに関する悩みや不安について話し合う交流会を、経験者を交えて開催します。

- 対象 現在がん治療中の人およびその家族、がん経験者
- 開催日 7月28日 回
- 時間 午後1時30分～3時30分
- 会場 南関町交流センター
- 参加費 無料



問 保健センター ☎53-3298 がんサロン代表: 鶴 智二郎

熱中症予防のために

「熱中症」は、高温多湿な環境に長くいることで徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態です。屋外だけでなく室内でも発症し、救急搬送されたり、場合によっては死亡することもあります。



熱中症の症状

- めまい、立ちくらみ、手足のしびれ、筋肉のこむら返り、気分が悪い
- 頭痛、吐き気、おう吐、体がだるい、虚脱感、重症になると…
- 反応がおかしい、意識消失、けいれん、体が熱い

★熱中症予防のポイント

暑さを避ける

★室内では…

- ・扇風機やエアコンで温度を調節
- ・遮光カーテンやすだれを利用
- ・室温をこまめに確認

★外出時には…

- ・日傘や帽子の着用
- ・日陰の利用、こまめな休憩
- ・天気の良い日は、日中の外出をできるだけ控える



★からだの蓄熱を避けるために

- ・通気性の良い、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する
- ・保冷剤、氷、冷たいタオルなどで体を冷やす



こまめに水分補給する

室内でも外出時でも、のどの渇きを感じなくても、水分・塩分、経口補水液(※)などをこまめに補給する。(※)水に食塩とブドウ糖を溶かしたもの



熱中症が疑われる人を見かけたら

涼しい場所へ

エアコンが効いている室内や風通しの良い日陰などへ移動させる

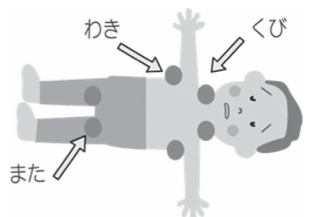
体を冷やす

衣服をゆるめ、体を冷やす(首の周り、脇の下、足の付け根など)

水分補給

水分・塩分、経口補水液などを補給する

ここを冷やします



自力で水が飲めない、意識が無い等の状態の時は、救急車を呼んでください。

