

来春新1年生になるお子さんに

就学時健康診断実施



来年4月に小学校へ入学するお子さん(平成13年4月2日から平成14年4月1日生まれ)の就学時健康診断を左表の日程で実施しますので、受診してください。

入学対象者の保護者の皆さんには9月初旬に通知書を郵送しますので、届かない場合は、ご連絡ください。

なお、入学を予定する学校以外の学校では受診できませんのでご注意ください。

入学校を変更する場合は、不明な点がありましたら、お問い合わせください。

問 学校教育課学務班 ☎73・0094

就学時健康診断日程表

入学校名	実施日・受付場所	時間	学区
平和小学校	10月25日(木) 体育館	13:30~ 受付13:15~13:30	平木、東谷、上谷中、荻野、川向
榑海小学校	10月31日(水) 低学年昇降口	13:30~ 受付13:00~13:25	榑、春海
八日市場小学校	10月15日(月) 体育館	13:30~ 受付12:50~13:20	八日市場イ・ロ・ハ・ニ・ホ、若潮町
匝瑳小学校	10月12日(金) 玄関	14:00~ 受付13:30~13:40	中台、松山、長岡、大浦、山桑、生尾、宮本、堀ノ内、長丘
豊栄小学校	10月31日(水) 体育館	13:30~ 受付13:10~13:25	富岡、飯倉、時曾根、貝塚、亀崎、新、田久保、木積、久方、飯倉台
須賀小学校	10月3日(水) 体育館	13:30~ 受付13:15~13:30	横須賀、高、蕪里、高野、みどり平
共興小学校	10月11日(木) 体育館	13:30~ 受付13:15~13:30	吉崎、長谷、登戸、西小笹、東小笹
吉田小学校	10月3日(水) 昇降口	13:45~ 受付13:25~13:40	吉田、八辺、南神崎、南山崎、入山崎、山崎
飯高小学校	10月2日(火) 玄関	14:00~ 受付13:45~14:00	飯高、片子、大堀、金原、安久山、小高、飯多香、大保里、公崎、城下、加多古
豊和小学校	10月19日(金) 東昇降口	13:30~ 受付13:00~13:10	大寺、飯塚、米持、内山、内山新田
栄小学校	10月25日(木) 体育館	14:00~ 受付13:20~13:45	川辺、栢田、堀川
野田小学校	10月18日(木) 体育館	13:30~ 受付13:00~13:20	野手、今泉、新堀

レッツヘルスアップ教室



「今の健康を維持したい」「もう少し若返りたい」とお考えの人、ご参加ください。

会場：のさかアリーナ 日程：10月12日(金)、10月26日(金)、11月9日(金)、11月22日(木)、12月7日(金) 時間：13時30分~15時30分(受け付け13時~13時30分) 内容：軽運動(柔軟体操やお手軽筋トレを、ゲームや音楽にのせ、楽しみながら行います。若さを維持する栄養ワンプポイント

もしもの時のために

AED講習会

AED(自動体外式除細動器)を知っていますか? 突然の心停止がAEDによる電気ショックで生き返った例が報告されています。

公共施設を中心に多数のAEDが設置されてきています。これを活用するには実際に使ってみてノウハウを知るのが一番でしょう。

医師会が市民の皆さんを対象に講習会を行います。

日時：10月14日(日)9時30分

乳がん施設検診

30歳以上の方を対象として10月から乳がん施設検診が始まります。



39歳以下：超音波検査 40歳~49歳：マンモグラフィ検査 または超音波検査(1年交替で検査実施) 今年マンモグラフィ検査です 50歳以上：マンモグラフィ検査 登録者には日時、時間指定にて個別通知します。 検診場所：国保匝瑳市民病院 自己負担金：300円(70歳以上の方、生活保護世帯は無料) 問 健康管理課 ☎73・1200



もしもの時にAED

11時30分(受け付け9時) 場所：市民ふれあいセンター 2階 定員：50人(先着順) 参加費：無料 申し込み方法：氏名、年齢、住所、電話番号を明記して八日市場市匝瑳郡医師会までFAX ☎73・2369

国保匝瑳市民病院 耳鼻咽喉科の診療日変更



9月から耳鼻咽喉科の診療日(時間)が次の通りになります。

診療日：月・水・金 診療時間：いずれの曜日も午後 受け付け：13時30分~16時

問 国保匝瑳市民病院事務局

☎72・1525

いつまでも元気でいたいから

骨粗しょう症予防検診を受けてみませんか？

骨粗しょう症は、寝たきりの原因となる骨折の基本的疾患です。ダイエットによる栄養バランスの崩れや日ごろの運動不足から特に若い女性の骨密度は低下しています。

自分の骨量を知り、ライフスタイルの改善を図っていくことが将来健康な生活を送っていくために必要です。

市では18歳～35歳までの女性と40歳～70歳までの5歳ごとの節目年齢の女性の方を対象に骨粗しょう症予防検診を実施します。

内容：骨量測定、健康教育、栄養相談 期日/会場：9月7日（金）/保健センター、9月8日（土）/保健センター、9月9日（日）/野菜福祉センター 時間：9時～11時、13時～15時 対象：18～35歳の女性および40歳、45歳、

重度心身障害者

医療費助成制度を改正

重度心身障害者の医療費助成制度が、9月診療分から次のように変更になります。

- 1 入院時食事代の助成がなくなります。
 - 2 世帯（国保や政府管掌健保などの加入医療保険単位）の市民税所得割の額（医療保険の被保険者分。被保険者が複数の場合は合計額）が一定額以上となる場合は、原則として、助成は行いません。
- 問 福祉課 ☎ 73・0096
保健福祉室 ☎ 67・3118

原爆被爆者二世の皆さまへ

原爆被爆者二世健康診断実施

県では、原爆被爆者二世に対する健康診断を実施しています。

対象者：原爆被爆者の実子で、県内に住所があり、受診を希望される方（受診希望者が多数の場合は、昨年度未受診者を優先します） 実施期間：平成20年3月10日まで 申込期限：平成20年2月10日 申込方法：受診を希望される方の住所・氏名・電話番号・

生年月日・被爆者である親の氏名・住所・被爆者手帳番号を明記し、封書にて郵送

受診書等は後日送付します。なお、検査の種類によっては一部自己負担が生じることがあります。申し込みの問い合わせ：〒260・8667 千葉市中央区市場町1番1号 千葉県健康福祉部健康福祉指導課 援助給室 ☎ 043・223・2349

特別じゃない、精神科の病

身近な病気

日本で精神科の治療を受けている人は約386万人ですが、病なのに治療を受けていない人はその2～3倍と推定されています。

国の「心のバリアフリー宣言（平成16年）においては、「生涯を通じて5人に1人は精神疾患にかかる」とし、病気を正しく理解し共に支えあう社会の実現を図る必要性が述べられています。

また、意識変革の10年後の達成目標として、「精神疾患は、生活習慣病と同じく誰でもかかりうる病気であることについての認知度を90%以上とする」としています。

過労に注意

WHO（世界保健機構）は、精神保健ケアの向上と施策の推進を加盟国に強く勧告しました（2001年）。若者や働き盛りの人の生産能力を損なう上位10疾患のうち、半数が精神疾患関連（うつ病、アルコール関連障害、自傷行為、統合失調症、双極性気分障害）で、障害が長期に及ぶ上位5疾患の4つを占めていました。

仕事の影響は大きく、日本で精神疾患が原因で労災補償の支給決定を受けた人は、前年度に比べ6割増加し全体の約4割を占めています（平成18年度）。

養生の大切さ

精神科の病気は、脳の調子（神経伝



達物質など）が悪くなった結果で生じます。新薬が登場し、リハビリテーションも進歩してきています。また、福祉施策も広がってききましたので、今では多くの患者さんが回復し社会参加しています。ただ、一部には疲れやすさや神経の敏感さが残ることもあります。

脳の調子を悪くする要因には、病気の具合の他に、心の働きもあります。心（意思）が、道具（機能）としての脳に無理な仕事をさせすぎると、脳がダウンします。

その時は、無理せずご自分の脳が喜ぶように「気持ちが良い」「楽しい」ことを、日ごろの生活に取り入れながら、養生していくことが大切です。

問 海匝健康福祉センター（海匝保健所）

☎ 0479-22-0206