

## 平成25年度にかほ市敬老式・金婚式のご案内

市では、平成25年度にかほ市敬老式・金婚式を別表の日程により開催予定です。

敬老式対象者の皆さまには、今月中旬頃にご案内ハガキを送付します。

金婚式は本人による申し込み制です。

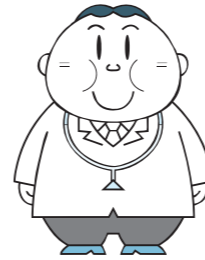
平成25年中に結婚50周年を迎えるご夫婦は、子育て長寿支援課（☎32-3042）に、電話でお申し込みください。

- ◎金結婚式対象者 平成25年中に結婚50周年を迎えるご夫婦（昭和38年ころ婚姻）
- ◎申込期間 8月30日（金）まで
- ◎敬老式対象者 満75歳以上（昭和14年4月1日以前生まれ）
- ◎問合せ先 子育て長寿支援課 ☎32-3042



### 【地区別開催期日及び開催会場の予定】

院内・小出・釜ヶ台地区	9月26日（木）	・いちゑ
平沢地区	9月27日（金）	・いちゑ
金浦地区	10月4日（金）	・夕なぎ荘
上郷・上浜地区	10月10日（木）	・象潟シーサイドホテル
象潟地区	10月11日（金）	・象潟シーサイドホテル



▽8月のここに相談日（身長・体重も量れます）  
 期日 30日（金）  
 時間 午前10時～11時

精神科医師による相談事業で、本人や家族が対象です。まずはご相談ください。  
 期日 8月22日（木）  
 時間 ①午後2時～3時  
 ②午後3時～4時  
 会場 スマイル  
 申込 20日（火）までスマイル

### 精神保健相談日

※各種相談は秘密厳守です。



仁賀保保健センター ☎32-3000  
 （スマイル内）  
 金浦保健センター ☎38-4200  
 象潟保健センター ☎43-7501

### 親子のニコニコクラブ

毎月、季節に応じた行事や遊びなどを開催しています。保育園に入園前の子どもとその保護者が対象です。  
 【全コース共通】  
 期日 9月5日（木）  
 対象 平成21年4月2日～25年4月1日生まれ  
 内容 親子遠足  
 「バスで鳥海高原へ こどもの国探検」  
 受付 午前8時30分～40分  
 申込先 象潟保健センター  
 申込期限 8月16日（金）

## 8月の高齢者等声掛け見守り巡回日程

以下の日程で訪問します。75歳以上の高齢者のみの世帯が対象です。65歳以上の高齢者がいる世帯も、希望があれば訪問します。【象潟地域】



期日	巡回地域	期日	巡回地域
5日（月）	横岡、本郷、石名坂、舟岡、水岡、長岡、大飯郷、大森	21日（水）	28区、29区、30区、31区、33区、松ヶ丘
7日（水）	小砂川1区、小砂川2区	22日（木）	武道島1区、武道島2区、潟見町1区、潟見町2区
8日（木）	観音森、大須郷、川袋、小滝	26日（月）	下新町、上新町、冠石、下荒屋、上荒屋、浜畑、臨海
12日（月）	大砂川、砂山、西中ノ沢、鳥屋森、34区	28日（水）	駅前、荒古屋、中橋町
19日（月）	関、立石1区、立石2区、はまなす、大谷地、栄町	29日（木）	横町、妙見町、下浜ノ町、上浜ノ町
20日（火）	32区、上狐森、桜ヶ丘、鳥の海1区、鳥の海2区	30日（金）	下浜山、大塩越、島、向山、小浜・唐ヶ崎、大町

問合せ：にかほ市社会福祉協議会 ☎32-3010 / 子育て長寿支援課 ☎32-3042

## 夏の脳梗塞にご注意ください！

夏は、汗を多くかき、エアコン・アルコール等で体内の水分が減ることが多く、血液の粘度（ドロドロの度合い）が増し、血管の中で血液が塊をつくり易い状況になります。

動脈硬化をおこして、狭くなっている血管や細い血管では流れが悪くなり、脳梗塞や心筋梗塞になりやすくなります。

脳梗塞は時間との勝負です。

- 【顔に麻痺やしびれ】
  - 【腕に力が入らない】
  - 【ろれつが回らない、言葉がでない】
- こんな症状があったらすぐに救急車と覚えておきましょう！

### ～予防法 上手な水分補給を心がけましょう～

- ・汗をかいていなくとも、早めの水分補給を！
- ・睡眠の前後に水分補給を！

睡眠時は血圧が低くなるため、血液の流れが遅くなり血液が塊やすくなります。寝る前、朝起きた時は、水を1杯飲むように心がけましょう

## 平成25年度 象潟地域

### 各種検診の日程

#### 肺がん検診

対象 30歳以上  
 内容 胸部レントゲン検査、問診（必要時痰の検査）  
 料金 600円

#### 結核検診

対象 65歳以上で肺がん検診を受診しない方  
 内容 胸部レントゲン検査  
 料金 無料

#### C型肝炎検査

対象 40歳  
 内容 問診、血液検査  
 料金 700円

#### 前立腺がん検診

対象 50歳以上の男性  
 内容 問診、血液検査（PSA検査）  
 料金 700円

#### 大腸がん検診

対象 30歳以上  
 内容 問診、便潜血反応検査（2日分）  
 料金 800円

### 肺がん・大腸がん・前立腺がん・C型肝炎

実施日	受付時間	対象地区	会場
8月19日（月）	10:00～11:30	下浜山、大塩越、島、中橋町、小浜・唐ヶ崎、大町、横町、妙見町	象潟公会堂
	13:30～14:30	下浜の町、上浜の町、浜畑、荒古屋、駅前、下新町、上新町、冠石	
8月20日（火）	10:00～11:30	臨海、下荒屋、上荒屋、栄町、立石2区、はまなす	象潟保健センター
	13:30～14:30	潟見町1区・2区、大谷地、武道島1区・2区、向山	
8月21日（水）	10:00～11:30	28区、29区、30区、31区、32区、33区、34区、上狐森、桜ヶ丘	象潟保健センター
	13:30～14:30	松ヶ丘、鳥の海1区・2区、鳥屋森	
8月22日（木）	10:00～11:30	立石1区、関、西中ノ沢、砂山、洗釜、大砂川、川袋、大須郷、観音森	都市農村交流センター 小砂川自治会館
	13:30～14:30	小砂川1区、2区	
8月23日（金）	9:30～10:30	小滝、本郷、横岡、大境	上郷生活改善センター 鶴泉荘
	11:00～11:30	石名坂、舟岡、水岡、大森、長岡、大飯郷、目貫谷地	



### 結核・大腸がん・前立腺がん・C型肝炎

実施日	受付時間	対象地区	会場
8月26日（月）	9:30～10:30	象潟全地域	象潟保健センター

※申し込みをされている方には、8月上旬に検診通知が届きます。