

# 福祉・健康

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

## 精神保健相談

期日 10月28日(木)  
 時間 ①午後2時〜3時  
 ②午後3時〜4時  
 会場 仁賀保健センター  
 申込先 相談日の2日前まで象潟保健センターへ

## こころの相談

期日 10月14日(木)  
 時間 ①午前10時〜正午  
 ②午後2時〜4時  
 会場 象潟保健センター  
 申込先 相談日の2日前まで象潟保健センターへ

## 親子のニコニコクラブ

『合同うんどうかい』  
 期日 10月13日(水)  
 会場 金浦体育館  
 受付 午前9時30分〜45分  
 申込先 10月7日(木)まで象潟保健センターへ

## ▽すくすくひろば

(10月の象潟保健センター開放日)  
 期日 5日(火)、6日(水)、8日(金)、15日(金)、18日(月)、20日(水)、26日(火)、27日(水)  
 時間 午前9時30分〜11時30分  
 △10月のにこにこ相談日  
 期日 26日(火)

時間 午前10時〜11時  
 ※身長・体重も計れます。

## 仁賀保地域ポリオ予防接種

期日 10月6日(水)  
 受付 午後0時45分〜1時15分  
 会場 スマイル  
 対象 平成22年7月6日以前に生まれ、定期の回数(2回)を終了していない乳幼児

※象潟・金浦地域の方で接種希望の場合は、各地域の保健センターに連絡をお願いします。

## 仁賀保地域 骨粗しょう症検診

期日 10月20日(水)  
 受付 午前10時〜11時  
 会場 スマイル  
 対象者 今年度40・45・50・55・60・65・70歳になる女性

## インフルエンザの予防接種が始まります!

10月からインフルエンザの予防接種がはじまります。今年から従来の季節性ワクチンに新型ワクチンが混ざり三価インフルエンザワクチンとなりました。対象・助成料金等につ

# 受けよう!がん検診!

秋田県のがん死亡率は 13年連続全国1位となっています

がん克服のカギはがん検診による「早期発見・早期治療」です。自分のために、大切な人のために「がん検診」を受診しましょう。市では、今年度のがん集団検診各種を都合により受診できなかつた方を対象に、左記のように『未受診者検診』を実施します。ぜひ受診してください。



## ◆未受診者検診のお知らせ◆

期日 11月5日(金)

受付 ①胃検診

5:30〜7:00

②乳・子宮がん検診

12:30〜13:30

③肺・大腸・前立腺がん検診

13:30〜15:00

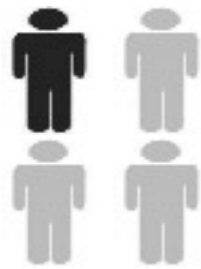
場所 スマイル

★受診を希望される方は『事前予約』が必要です。下記の期日まで各保健センターにご予約ください。

予約受付期間 10月13日(水)〜22日(金)

## にかほ市のがんに関する統計は?

にかほ市の死因の第1位は『がん』です。4人に1人ががんで亡くなっており、他の死因と比較しても格段に多い状況です。その中でも特に50〜70歳の方のがんによる死亡が多い状況です。



がんの部位別死因を見ると、肺がんが最も多く、胃がん、大腸がんと続きます。検診の受診率を見ると、胃がん検診は約35%、大腸がん、肺がん、前立腺がんは約50%、子宮がんは約25%、乳がんは約30%と低い状況です。



皆さん、お忘れの検診はありませんか?

## 使っておトク!

### 『女性特有のがん検診無料クーポン券』

市ではことし6月、子宮がん・乳がん検診を無料で受診することができる「女性特有のがん検診無料クーポン券」を対象となる方へ郵送しました。



子宮がん・乳がんは、若い世代から多く発症するがんで、年間1万人以上の女性がこの2つのがんで命を落としています。これらのがんは早期治療で治る確立が高く、そのためにはがん検診で早期発見することが重要です。



対象となった方は、ぜひ、ご自分の健康管理のため、無料クーポン券を活用し、がん検診を受けましょう。

## 第29回由利本荘・にかほ市民医学講座 『もっと知りたいうつ病の話』

うつ病やこころが健康であることについて専門医が分かりやすくお話しします。

日時 10月16日(土)  
 開場 午後1時30分〜  
 開演 午後2時〜

会場 本荘文化会館  
 入場料 無料

講演・講師  
 講演1 午後2時20分〜3時20分  
 『うつ病について学ぶ』  
 秋田県精神保健福祉センター所長 伏見雅人先生  
 講演2 午後3時30分〜4時30分  
 『こころが健康であること』  
 さいとう神経科クリニック院長 齋藤征司先生

問合先 健康推進課 ☎32-3000



いては10月15日号でお知らせします。インフルエンザの流行は通常、初冬から春先に見られます。インフルエンザウイルスは感染力が強く、予防対策としては、うがい・手洗い・マスクとともにワクチンの接種が有効です。ワクチンには発症を抑えるだけでなく、発症した際の重症化を防ぐ効果もあります。ワクチンの接種効果は発現までに2〜4週間かかるため、流行が始まる前に接種することが大切です。

## 「ほたるの会」精神保健講演会 『そのままのあなたが素晴らしい』

内容 動物管理センターや獣医師としての経験から命の尊さについて考える。  
 日時 10月13日(水)  
 午後1時30分〜3時  
 会場 金浦保健センター  
 講師 坂本尚志氏(秋田市さかもと動物病院院長)  
 受講料 無料  
 申込・問合先 象潟保健センター(ほたるの会事務局)