



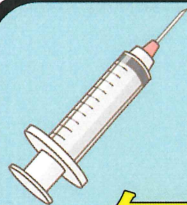
そだてよう すこやかな心とからだ あなたの“すこやか”を応援します！

すこやか だより

令和6年度
夏号

編集・発行 西之表市健康保険課健康増進係 保健センターすこやか

電話 0997-24-3233（平日のみ）



風しん抗体検査・予防接種 子宮頸がんワクチンを 無料で受けられるのは今年度までです！

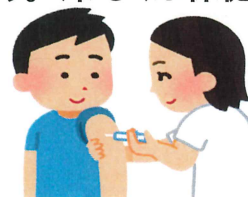
○風しん抗体検査・予防接種 今年度46歳～62歳になる男性対象

公的な予防接種を受ける機会がなかった昭和37年4月2日から昭和54年4月1日の間に生まれた男性を対象に、令和6年度まで公費による風しん抗体検査と予防接種を実施しています。風しんは飛沫により感染し、大人は発熱や発しんの期間が子どもに比べて長く関節痛がひどいことが多いとされています。また、妊娠中の女性が風しんに感染すると、先天性風しん症候群により赤ちゃんが障がいを持って生まれる可能性があります。対象となる方へ、クーポン券を送付しております。あなた自身とこれから生まれてくる子どもたちを守るためにも、ぜひこの機会に実施医療機関等で抗体検査と予防接種を受けましょう。くわしくは保健センターすこやかまでお問い合わせください。

○子宮頸がんワクチン接種 今年度17歳～27歳になる女性対象

定期接種の対象年齢の間に接種を逃した平成9年4月2日から平成20年4月1日の間に生まれた女性を対象に、令和6年度まで公費による子宮頸がんワクチン接種を実施しています。子宮頸がんとは、日本で毎年約1万人以上の女性がかかり、約3,000人近くの女性が亡くなっています。また、若い年齢層で発症する割合が比較的高いがんです。患者さんは20歳代から増え始めて、30歳代までにがんの治療で子宮を失ってしまう（妊娠できなくなってしまう）人も、1年間に約1,000人います。対象となる方へ、予診票を送付しておりますので、ぜひこの機会に実施医療機関等で予防接種を受けましょう。くわしくは保健センターすこやかまでお問い合わせください。

※接種は合計3回で、完了するまでに約6か月かかります。3回とも無料で受けるには、9月までに1回目の接種を受けることが必要です。



お問い合わせ先

西之表市保健センター（西之表市健康保険課健康増進係）

電話 0997-24-3233 FAX 0997-24-3234

『がん検診等』のお知らせ

各種がん検診等を実施しています。下記の検診についてはこの先実施しますので、ぜひ受診してください。なお、2月に実施しました「令和6年度がん検診等希望調査」に基づき、受診票等を各種がん検診ごとに検診希望者あてに送付します。

検診申込されていない方で受診希望される方は保健センターすこやかまでご連絡ください。

【令和6年度集団検診】対象は令和6年度中に **40歳以上** になる方です。

日にち	実施場所	検診内容	実施機関
7/18(木)～7/21(日)	すこやか	大腸がん・胃がん・前立腺がん・骨粗鬆症・肝炎ウイルス・腹部超音波 「 特定健診 」と同時実施	県民総合保健センター
9/19(木)～9/20(金)		乳がん	県民総合保健センター
11/15(金)～11/16(土)		大腸がん・前立腺がん・骨粗鬆症・肝炎ウイルス・腹部超音波 「 特定健診 」と同時実施	厚生連健康管理センター

【令和6年度個別検診】対象は令和6年度中に **20歳以上** になる女性です。

日にち	実施場所	検診内容
9月～令和7年2月	種子島産婦人科医院	子宮頸がん

「献血」にご協力をお願いします

西之表市では、毎年度2回、8月と3月に献血を実施しています。

今年度初回は下記日程で行いますので、輸血用血液製剤の必要確保のため、みなさんのご協力よろしくお願いします。

実施日	時間	場所
8月20日(火)	9:00～11:15 12:30～17:00	西之表市民会館
8月21日(水)	9:00～11:15 12:30～17:00	
8月24日(土)	9:00～10:30	ショッピングセンターサンシード
	12:15～16:30	プラッセだいわ 種子島店

【400ml 献血の基準】

- 年齢：男性 17～69歳 ※ 女性 18～69歳 ※
- 体重：男性・女性とも 50kg以上

※ 65歳以上の献血については、60～64歳のあいだに献血経験がある方に限られます。

高校生も献血できます！



食中毒を予防しましょう！

気温が高くなるこの季節は、菌の活動が活発になり、細菌を原因とする食中毒が発生しやすい条件となっています。食中毒を予防するためには、

「菌を付けない」「菌を増やさない」「菌をやっつける」

の3原則を守ることが大切です。ご家庭においても食中毒を起こす細菌やウイルスが身近にいることを意識して、食中毒予防に心がけましょう。

「ほほえみ相談室」のご案内

心の悩みや心理的問題でお困りの方へ、心理カウンセラーによる心の健康相談を行なっています。ひとりで悩んでいませんか？お気軽にご相談ください。

つねに不安になる・・・
イライラする・・・

やる気が出ない・・・

気分が落ち込む・・・

子育てで悩んで困っている・・・



【日 時】 午前9時～午後3時（都合により変更になる場合があります）

7月26日	8月29日	9月27日	10月24日	11月21日
12月27日	1月16日	2月20日	3月28日	

【会 場】 西之表市保健センターすこやか 相談室

【対 象】 市民の方ならどなたでもご利用できます。

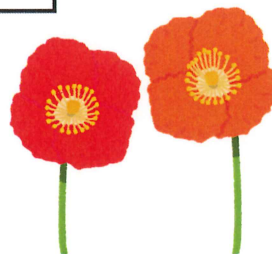
【相談料】 無料

【相談員】 心理カウンセラー

【その他】 完全予約制で、一人あたりの相談時間は50分です。

予約状況によってはご希望に沿えない場合もあります。ご了承ください。

相談者の秘密は厳守されます。



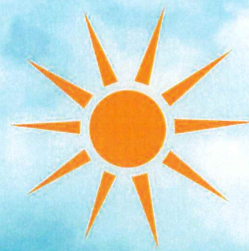
お問い合わせ先

（ほほえみ相談申込み先）

西之表市保健センター（西之表市健康保険課健康増進係）

電 話 0997-24-3233 F A X 0997-24-3234

熱中症



予防行動を とりましょう!



熱中症警戒アラート をチェック!

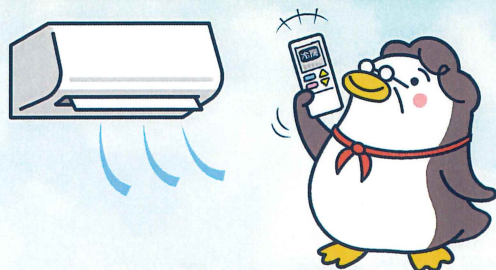


見守り・声がけ!



適切に

エアコンを使おう!



こまめに

水分・塩分を補給!



熱中症は誰でも危険! 油断は大敵です!

より詳しい情報は

熱中症予防情報サイト

検索



内閣府

こども家庭庁

こども家庭庁

消防庁

消防庁



文部科学省



スポーツ庁



厚生労働省

MAFF

Ministry of Agriculture,
Forestry and Fisheries

農林水産省



経済産業省



国土交通省



観光庁



気象庁



環境省