

けんこうのお知らせ 11月号

● 下記の内容についての申し込み・問い合わせは、
● 鞍手町役場 保険健康課 健康増進班まで
● ☎42-2111 (代)

休日乳がん検診（予約制）のお知らせ

乳がん検診が町立病院で受診できます

検診日時：11月15日（日） 9時から16時
 検診人数：20名
 場所：鞍手町立病院

予約開始：11月6日（金）から13日（金）
 予約受付時間：9時から17時（先着順受付（電話可））
 検診内容：マンモグラフィ及びエコー検査
 対象者：40歳以上の方
 検診料金：600円

お問い合わせ → 医事課乳がん検診係まで（42-1231）

**検査は
女性技師が
担当します**

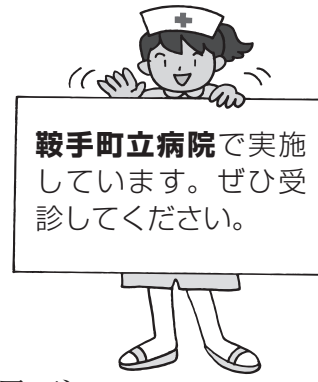
**検査内容
マンモグラフィ検査（約20分）
超音波検査（約20分）**



会社等の検診で乳がん検診を受けていない方は是非受診しましょう

乳がん検診のご案内

平成22年2月まで、個別乳がん検診が受診できます。まだ受けていない方はこの機会にぜひ受けましょう。女性スタッフによる、受けやすい検診体制を整えています。乳がん検診はマンモグラフィ及びエコー検査で隔年（2年に1回）受診となりますので、平成20年度にマンモグラフィを受けられた方・及び平成21年度にマンモグラフィ・視触診を受けられた方は、受診できません。



- 検診内容 マンモグラフィ及びエコー検査
 - 対象者 40歳以上
 - 実施期間 平成22年2月末まで
月・火・水・木・金
 - 料金 600円
下記の方は料金が無料になります
☆生活保護受給者
(※診療依頼書をお持ちください)
 - お申し込み
鞍手町立病院に電話（42-1231）または、来院にてお申し込みください。（予約制）
- 女性特有のがん検診推進事業の「乳がん検診無料クーポン券」が送られてきた方は、無料で乳がん検診が受診できます。この機会に是非お申し込みください。

新型インフルエンザ（A/H1N1型）予防接種のお知らせ

動物のインフルエンザウイルスが人から人へと感染するように変異した新しいウイルスによっておこる疾患を「新型インフルエンザ」といいます。現在は豚インフルエンザウイルスが鳥のインフルエンザと混じり、人に感染しやすくなった新型インフルエンザのことをいいます。

新型インフルエンザ予防接種の目的は、死亡者や重症者の発生をできる限り減らすこと、そのための医療を確保することです。感染の防止、流行の阻止には効果は保証されていません。そのため、ワクチン接種対象者は、死亡や重症化のリスクが高い方、またその方への治療に従事する方を優先するという考え方になっています。接種は優先対象者①から順にやっていくということではなく、ワクチンの提供数によって順次各カテゴリーの接種をしていきます。

- ### 1. 対象者
- 優先対象者
- ①インフルエンザ患者の診療に直接従事する医療従事者（H21.10月下旬から）
 - ②妊婦、基礎疾患を有する者（H21.11月初旬から）
 - ③幼児（1から6歳）、小学校低学年（3年生まで）（H21.12月中旬から）
 - ④1歳未満の小児の保護者及び優先対象者のうち、身体上の理由により予防接種が受けられない者の保護者等（H22.1月以降から）
- <その他の優先対象者>
 小学校高学年（4から6年生）、中学生、高校生、高齢者（65歳以上）

上記に掲げる優先対象者以外の方については、現在のところ、接種できる時期は未定です。※治療中の疾患（病気）が基礎疾患に該当するかどうかは、かかりつけ医にご相談下さい。

- ### 2. 接種間隔
- 現在のところ、新型インフルエンザワクチン（H1N1）をおおよそ4週間間隔で2回皮下注射で接種します。しかし、成人の場合は1回で良いという案もあり、今後変更される可能性があります。その際は接種する医療機関にお尋ねください。
- ### 3. 料金
- 1回目：3,600円、2回目：2,550円（ただし、1回目と異なる医療機関で接種する場合3,600円）
 <料金の減免について>
 ①生活保護受給者の方は無料です。医療機関窓口で診療依頼書を提出してください。
 ②優先対象者に該当する町民税非課税世帯の方は無料です。予防接種用非課税世帯証明書を発行いたします。接種前に 鞍手町役場 保険健康課 健康増進班までお越しください。（証明書がない場合は有料となります。ご注意ください）
- ### 4. 接種できる医療機関
- 指定医療機関にて接種していただきます。かかりつけ医が接種できる医療機関に指定されていない場合は「優先接種対象者証明書」をかかりつけ医で提出してもらって下さい。指定医療機関は、現在調整中です。詳しいことが分かり次第お知らせいたします。

今月の乳幼児健診対象者 (対象者全員に個人通知をしています。)

- 4カ月健診 11月12日（木） H21年6月16日～H21年7月15日生
- 7カ月健診 11月26日（木） H21年3月27日～H21年4月30日生
- 12カ月健診 11月26日（木） H20年11月1日～H20年11月30日生

- 1歳半健診 11月5日（木） H20年4月2日～H20年5月5日生
- 3歳児健診 11月5日（木） H18年10月2日～H18年11月5日生
- 乳幼児相談 11月25日（水） H21年9月29日～H21年10月26日生
(毎月生後1～2カ月の方には通知をしています。)
乳幼児相談は、どなたでもお気軽にお越しください。申し込みは不要です。



エルゴメーター（自転車型の運動機器）は自分に適した運動負荷で、無理なく効果的な運動ができます。初回に運動測定（最大酸素摂取量（健康の1つの目安）の測定）を行い、今行われている運動効果をみていきます。2カ月に1回、運動測定日が決まっていますので、ご希望の方は事前にお申し込みください。（1回20人程度）[今月は11月20日（金）、次回は1月13日（水）13:00～15:00です。]測定後、ご本人用の健康運動カードを作りますので、その後はいつでも使用できます。（血圧測定と体内脂肪率の測定・エルゴメーターでの運動です。）※カードを作っている方で運動測定を希望される方も事前にお申し込みください。

- 健康運動測定の内容**
- ①安静時の心電図検査、問診、運動負荷時の心電図による医師の判定
 - ②最大酸素摂取量の測定と健康運動指導士による運動指導