

# くらしの情報の情報



## 集団健診を実施します！

11月の集団健診の日程をお知らせします。今の自分の体の状態を知ることが健康への第1歩です。生活習慣病の多くは、自覚症状無く進行しますので、年に1度は健診を受けましょう。

**日時** 11月2日(土)

午前8時30分～

10時30分受付

**場所** ほのほの

**内容** 特定健診

後期高齢者健診

胃がん(バリウム)

大腸がん、結核・肺がん

子宮頸部がん

肝炎ウイルス検査

**持ち物**

各受診券、健康保険証、お薬手帳(お持ちであれば)

**【問合せ先】**

保健センター福祉課

☎75-4101

## 「健康とくらしの調査」を実施します！

**対象者**

本町に居住する65歳以上かつ要介護認定を受けていない人

**発送時期** 11月中旬～12月中旬

(調査票を自宅に郵送します)

この調査は、本町の介護保険制度で取り組まれている介護予防事業の推進と、効果評価を科学的根拠に基づき行うものです。第8期介護保険計画(令和3年度～令和5年度の3年間事業)の策定に向けての根拠資料にもなります。

多くの人に回答いただきますよう、よろしく願います。

**【問合せ先】**

保健センター福祉課

☎75-4102

## ピンクリボンの会へのお誘い ～対象者を拡大します～

ピンクリボンの会は、乳がんを経験された人が1人で悩まず、同じ経験をされた人と話ができる場所を作りたいという町民の思いでできました。

参加者同士の話の中で、「この思いは乳がんだけではないのでは?」「他のがんでも同じ思いかも…」という意見があり、対象を広げて、他のがんを経験された人にも会への参加を呼びかけていくことになりました。同じ『がん』という病気を経験したからこそ分かち合えること、話せることがきつとあると思います。話をすることで、気持ちが楽になることも多いです。気軽に参加ください。申込みは不要です。

## 11月のピンクリボンの会

**日時** 11月25日(月)

午前10時～正午頃

**場所** ほのほの 介護指導室

**【問合せ先】**

保健センター福祉課

☎75-4101

## ノロウイルスによる 食中毒に要注意!

ノロウイルス食中毒は、冬に発生しやすい食中毒です。次の予防策が効果的です。

**予防のポイント**

①調理前、食事前、トイレ使用後などに石鹸でしっかりと手洗いをする。

②食品は、中心部が85～90℃の状態で90秒以上加熱。

③調理器具などの消毒は、塩素系漂白剤を薄めたものまたは熱湯を使用して行う。

**ノロウイルスの特徴**

- ・一般的な食中毒細菌と異なり、アルコールの消毒効果は十分ではない。
- ・少量のウイルスで発症する。
- ・感染能力がなくなるまでの期間が長い。

- ・食品だけでなく、人からも感染する。

**症状** 吐き気、嘔吐、下痢など

**潜伏期間** 1～2日間

**【問合せ先】**

生活安全課

(鳥取県東部庁舎内)

☎0857-2013677