

女性の集団検診

- ◇検診日 8月8日(金)・24日(日)
 ◇受付時間
 午前9時から午前10時30分まで
 ◇会場 勤労青少年ホーム

| 種類 | 対象者(平成27年3月31日現在の年齢) |
|------------|---------------------------------|
| 子宮頸がん検診 | 20歳以上の方 |
| 骨(粗しょう症)検診 | 節目検診 40・45・50・55・60・65・70歳の方 |

*検診項目を間違わないように受けてください。

がん検診無料クーポン

今年度がん検診の無料クーポン対象者になっている方には、クーポン券を郵送しますので、受診時に忘れずに持参しましょう。

無料クーポン対象者

| 種類 | 年齢 | 生年月日 |
|---------------|-----|---------------------|
| 大腸がん検診(男女) | 41歳 | 昭和48年4月2日～昭和49年4月1日 |
| | 46歳 | 昭和43年4月2日～昭和44年4月1日 |
| | 51歳 | 昭和38年4月2日～昭和39年4月1日 |
| | 56歳 | 昭和33年4月2日～昭和34年4月1日 |
| | 61歳 | 昭和28年4月2日～昭和29年4月1日 |
| 子宮頸がん検診(女性のみ) | 21歳 | 平成5年4月2日～平成6年4月1日 |
| 乳がん検診(女性のみ) | 41歳 | 昭和48年4月2日～昭和49年4月1日 |

介護のはなし

熱中症患者の半数は65歳以上の高齢者です

これから夏本番を迎えます。熱中症に関する正しい知識を持って元気に暑い夏を乗り越えましょう。

◎高齢者の特徴

高齢者は、子供や成人と比べると体内の水分量が不足しがちです(子供75%、成人60%、高齢者50%【環境省より】)。また加齢により、暑さやのどの渇きに対する感覚が鈍くなってきます。このほかの特徴として、高齢者は体に熱がたまりやすく、暑いときには若年者よりも心臓や腎臓などの循環器系への負担が大きくなります。

◎熱中症を予防するには

熱中症は、夜間や屋内でも多く発生しています。高齢者の方や介護するご家族は、次のことに注意しましょう。



- こまめに水分を補給しましょう。「トイレが大変」と水分補給を我慢するのは危険です。
- 高齢者は暑さを感じにくいので、部屋に温度計を置きましょう。
- 部屋の風通しを良くしましょう。
- 暑いときには、絶対無理をしてはいけません。
- 心臓、腎臓などの循環器系に持病のある方は、かかりつけの医師に相談しましょう。

健康福祉課

☎ 72-6934

地域包括支援センター

☎ 72-2128