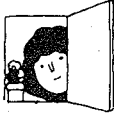


保健のまど



⑥

早期発見が 大事です “乳がん”

市では、平成3年度から乳がん検診を行っています。昨年は628名が受診され、8名の方に何らかの所見がありました。乳がんの早期発見には乳がん検診が重要な役割を果たしています。しかし、多くの女性が受診しているとはいえず、恥ずかしいから、忙しいから、また病気が見つかるのが怖いからなどの理由で、せっかくの早期発見のチャンスを逃しているとしたら大変残念なことです。

身体表面近くにある乳がんは、乳がん検診のほかにも、自分自身でも見て、触って調べる「自己検診」ができます。しかし、昨年受診した人で自己検診を行っている人は35.3%に過ぎませんでした。

乳がん検診では、しこりのある乳房模型を使って実技を行うことで、「乳がんの自己検診法」をマスターしていただけるよう指導をしています。

今年度の乳がん検診は、10月3日(火)から始まります。人生を健康で生き生き過ごすために、積極的に乳がん検診を受けましょう。
※くわしいことは、今号広報の折り込みチラシをご覧ください。

保健・福祉

「なが息教室」にご参加ください

新津保健所では、肺機能障害により咳や痰、息切れなどでお困りの方を対象に、「なが息教室」を実施します。お気軽にご参加ください。

□とき 9月20日(水)、10月5日(木)、10月20日(金)。
時間は、いずれも午後1時15分～3時30分

□ところ 津川町役場

□対象 自覚症状がある肺機能障害をお持ちの方で、主治医の許可がある人

□定員 20名(先着順)

□内容 呼吸を高める方法や呼吸を楽にする方法など

□参加費 6000円

申込み・問い合わせ 新津保健所地域保健課(☎22-5171)へ。

みんなで歩こう 健康ウォーキング講座

健康づくりのために、ウォーキングを始めませんか。

□とき 9月21日(木)の午前9時～正午

□ところ 荻川地区体育館

□内容 講話「ウォーキングの効果と留意点」、ウォーキングの理論と実際、体力測定、脂肪計測など

□定員 30名(申込順)

□参加費 無料

□申込み 9月8日(金)までに、新津保健所地域保健課(☎22-5171)へ。

勝利を射めけ 市民弓道大会

□とき 9月10日(日)の午前9時から

□ところ 市民武道館

□種目 一般男子、一般女子、高校男子、高校女子

□申込み 弓道連盟事務局の鈴木さん(鈴木時計店 ☎22-0794)へ。

□とき 10月1日(日)の午前9時から(雨天の場合8日に延期)

□ところ 東町庭球場

□参加資格 市内に在住、勤務または通ずる人、市テニス協会

市民テニス大会

□とき 9月9日(土)～10日(日)

□ところ 市民会館、秋葉公園、東部運動広場、勤労青少年ホーム、保健福祉センターなど

□種目 キャンプ、オリエンテリング、サイクリング、ゲートボール、ベタング、フットダンス、チャレンジ・ザ・ゲーム、ウォーキング、ガキ大将広場、レクリエーションダンス、ボールルームダンス、折り紙教室、愛のふれあいレクリエーションのついで

□参加費 5000円(保険料含む)

□問い合わせ 新津市レクリエーション協会(市民スポーツ課 ☎22-09916)へ。種目別のくわしい問い合わせ先をお知らせします。

お買物、ご用命は市内で

(第1回)電子レンジをマスターしましょう

- 講師 山貝 芳先生
- 日時 9/20(火)、10/11(水)、11/1(木)、10:00～13:00
- 場所 東北電力(株)新津営業所
- 定員 21名(申込多数の場合抽選)
- 会費 3回コースで2,000円
- 受付 9/1より受付開始～9/13締切
- 申込先 (株)電力ライフクリエイト(エルク)フリーダイヤル0120-105599(土・日・祝日は休み)



花嫁の夢・ゆめ・ユメ ゆめの衣裳のあんない人

Bridal Salon **伝丸伝**

新津店 本町一丁目 ☎(24)335500 新潟店 古町九番町 ☎025(228)5881

三種混合予防接種の日程

接 種 日			会 場	対 象 地 域
1 回目	2 回目	3 回目		
9月12日(火)	10月12日(木)	11月16日(木) 11月21日(火) 11月22日(水)	保健福祉センター	美幸町、山谷町、南町、緑町、天神、古田、滝谷本町、滝谷町、草水町、飯柳、柄目木、金津地区全域、小合地区全域
9月13日(水)	10月18日(水)	対象地域は広報11/1号でお知らせ		本町、善道町、下奥野町、北上、北上新田、さつき野町、新栄町、吉岡町、中沢町、田家秋葉、日宝町、新町、金沢町、東金沢、大安寺上金沢、満願寺、七日町大蔵、新開地区全域
9月14日(木)	10月20日(金)	11月24日(金)	荻川地区ふれあいセンター	荻川地区全域

二種混合予防接種の日程

接 種 日		会 場	対 象 地 域
1 回目	2 回目		
9月12日(火)	10月12日(木)	保健福祉センター	市 内 全 域

三種・二種混合予防接種 忘れずに受診を

三種混合予防接種

三種混合予防接種は、百日ぜき、ジフテリア、破傷風を予防します。百日ぜきは、乳幼児期にかかりやすい病気です。対象年齢になったら早めに受けることをお勧めします。

□対象者と接種方法

・一期初回：満一歳六か月以上六歳未満の幼児。左の表の日程のとおり三週間以上の間隔をおいて三回受けてください。なお、日程とおり三回受けられない場合は、満六歳になるまでに三回受けてください。

・二期追加：満七歳六か月未満

二種混合予防接種

二種混合予防接種は、ジフテリアと破傷風を予防します。百日ぜきにかかったことのある幼児は、三種混合でなく二種混合を受けてください。

□対象者と接種方法

で、一期初回の三回目を終えてから十二か月から十八か月を経過している幼児または児童。九月から十一月までの日程で、いずれか一回だけ受けてください。

・二期：小学校六年生で受けることになっています。一期を受けていない児童は、接種効果がないため受けられません。

・一期初回：満一歳六か月以上六歳未満の、百日ぜきにかかったことのある幼児。左の表の日程のとおり二回受けてください。なお、一回受けられない場合は、満六歳になるまでに二回受けてください。

・二期追加：満七歳六か月未満で、一期初回の二回目を終えてから十二か月から十八か月を経過している幼児または児童。九月から十月までの日程で、一回受けてください。

・二期：小学校六年生で受けることになっています。一期を受けていない児童は、接種効果がないため受けられません。

※注意：接種当日は三種混合予防接種も実施していますので、受付けて二種混合予防接種を受ける旨を申し出てください。

□接種を受けられない幼児と児童

□次に該当するときは、事前に診断を受け、医師とよく相談してください。

・病氣などで治療を受けているとき。または医師などの指導を受けているとき。

□次に該当するときは、三種および二種の接種を受けられません。

・接種会場で行う検温で、熱があると診断されたとき。

・その他、医師が不適当と認めたとき。

・予防接種後、二日以内に発熱や発しんなどのアレルギー反応を示したことがあるとき。

・今までにけいれんを起こしたことがあるとき。

・一か月以内にしか、風しん、水ぼうそう、おたふくかぜなどにかかった、または家族や遊び友達がかかったとき。

・かぜなどのひき始めと思われるとき。

・薬や食品で皮膚に発しんが出たなど、体に異常がみられたとき。

□その他の注意

・受付時間は、いずれも午後一時二十分から二時三十分までです。

・母子手帳と体温計を持参してください。

・会場では、接種前に診察と体重の測定を行うため、お待ちいただくことがあります。

くわしいことは、保健課予防係(☎24-2111 内線136)へ。

お買物、ご用命は市内で

見やすいところに保存して下さい 便利です

住まいの不便・不安・不満を解消

ちょっと手を入れてより快適生活を!!

ト イ レ
浴 室
キ ャ チ ン

内装模様替え
機器交換
サービス



増改築のさとう
見積無料
新津市古田580-1 ☎24-4333