

肝炎ウイルス検診

肝臓に炎症がおき、肝細胞が壊れて働きが悪くなる病気を「肝炎」といいます。肝臓の病気といえばお酒の飲み過ぎを思い浮かべる人が多いと思いますが、ウイルスが原因の場合が多くあります。感染していても多くは自覚症状がなく、次第に肝硬変や肝がんへと進行する人もいます。現在では新たに感染する人は少ないですが、40歳以上の人の中には、気が付かないうちに肝炎ウイルスに感染している人がいます。もし肝炎ウイルスに感染していたとしても、早期発見・治療が可能です。採血のみの簡単な検査なので、この機会に受診してください。

時 6月1日(水)～10月31日(月)の診療時間内
所 市が指定する観音寺・三豊市内の医療機関
節目対象者 40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳になる人(平成29年4月1日現在)で過去に市の肝炎ウイルス検診を受診していない人(節目対象者には受診票を送付します)

料 無料
節目外対象者 41歳以上で、過去に市の肝炎ウイルス検診を受診していない人
料 年齢や検査内容により異なるため、問い合わせてください。
問 健康増進課成人保健係 ☎ 23 - 3964



三豊総合病院健康教室

- 食べて治して、ハッピーライフ
時 6月10日(金)午前10時～正午
内 調理実習＝動脈硬化～素材を活かしてヘルシ～メニュー～
 - 腎臓病教室
時 6月16日(木)午前10時30分～午後0時30分
内 調理実習＝タンパク質をおさえてもおいしいメニュー、減塩でも工夫次第でおいしく食べられる
 - 夜間糖尿病教室
時 6月9日(木)午後6時～午後7時
内 糖尿病の合併症(網膜症)、検査について
 - 男性の調理実習
時 6月1日(水)午前10時～午後0時30分
内 電子レンジで簡単調理＝冷凍保存の方法
- 注** 各教室とも予約が必要
 調理実習は実費600円が必要
申問 同病院企業団健康管理センター ☎ 52 - 2726

- みとよサプリ
時 6月15日(水)午後1時30分～午後2時
内 受けてみよう大腸検査
所 三豊総合病院南棟ホール
問 同病院 ☎ 52 - 3366

平成27年度特定健康診査受診状況と受診結果

特定健診の受診率は36.5% (平成28年4月末現在)と低く、特に40～50歳代の受診率が低い状況です。生活習慣病を予防するために、若い頃から毎年健診を受ける習慣を身につけましょう。

	受診者数(人)	受診率(%)
40歳代	277	19.7
50歳代	428	25.2
60歳代	2,103	38.5
70～74歳	1,579	45.7
計	4,387	36.5

特定健診の受診結果(要指導および要医療者割合)は、血糖値の高い人が受診者の6割以上を占めています。健診結果をよく確認し、日々の生活習慣を見直しましょう。保健センターで、毎月実施している健康栄養相談にも参加してください。

単位(%)

	血圧		血糖		脂質	
	男	女	男	女	男	女
40歳代	33.8	30.8	39.2	36.7	43.2	19.2
50歳代	52.5	39.0	48.1	53.7	44.8	22.9
60歳代	55.7	47.2	65.8	65.8	36.7	25.3
70～74歳	55.2	57.0	68.2	66.1	36.4	30.6
要指導・要医療者割合	51.0		62.6		31.5	

平成27年度骨粗しょう症健診

骨粗しょう症検診は節目年齢の女性を対象とした検診です。50歳ぐらいから、骨量が低下しはじめ、骨折や腰痛の原因となることがあります。検診を受け、チェックしてください。

受診状況

	受診者数(人)	受診率(%)
40歳・45歳	140	18.0
50歳・55歳	166	25.1
60歳・65歳	255	27.0
70歳	101	31.0
計	662	24.5

受診結果

	異常なし(人)	要指導(人)	要精検(人)
40歳・45歳	131	9	0
50歳・55歳	153	11	2
60歳・65歳	110	70	75
70歳	28	27	46
計	422	117	123



平成28年度がん検診

がん集団検診を次の日程で行います。年に1度は受けましょう。まだ申し込んでいない人は、問い合わせてください。

- 内** 胃がん、乳がん、大腸がん、子宮頸がん
- 対** 胃がん、乳がん、大腸がん…40歳以上
子宮頸がん…20歳以上
- 注** 胃がん、乳がん、子宮頸がんは時間予約制です。必ず事前に申し込みが必要です。乳がん、子宮頸がんは2年に1度の検診です。平成27年度に受けた人は受けられません。(平成28年度の無料クーポン券対象者は除く)大腸がん(集団)検診と合わせて、胃がん、乳がん、子宮頸がん検診を予約している人は、その時に検査キットを持参しても受け付けできます。
- 問** 健康増進課成人保健係 ☎ 23 - 3964

受付日時	検診の種類	場所
6月14日(火)	8:30～11:00 胃がん	豊田公民館
	8:30～10:00 大腸がん	
	11:00～11:30 大腸がん	
16日(木)	8:30～11:00 胃がん、大腸がん	粟井公民館
	8:30～11:00 胃がん	
17日(金)	8:30～11:00 胃がん	柞田公民館
	8:30～11:00 胃がん	
20日(月)	8:30～11:00 胃がん	大野原いきいきセンター
	8:30～11:00 胃がん	
21日(火)	9:00～10:00 乳がん	大野原いきいきセンター
	8:30～11:00 大腸がん	
	13:30～15:00 子宮頸がん	
22日(水)	8:30～11:00 胃がん	大野原いきいきセンター
	9:00～10:00 乳がん	
	8:30～11:00 大腸がん	
23日(木)	13:30～15:00 子宮頸がん	大野原いきいきセンター
	8:30～11:00 胃がん	
	9:00～10:00 乳がん	
24日(金)	8:30～11:00 大腸がん	大野原いきいきセンター
	8:30～11:00 胃がん	
	9:00～10:00 乳がん	
27日(月)	8:30～11:00 胃がん	保健センター *大腸がん検診の検査キットも併せて受け付けます。
	8:30～11:00 胃がん	
	9:00～10:00 乳がん	
28日(火)	13:30～15:00 子宮頸がん	保健センター *大腸がん検診の検査キットも併せて受け付けます。
	8:30～11:00 胃がん	
	9:00～10:00 乳がん	
29日(水)	13:30～15:00 子宮頸がん	保健センター *大腸がん検診の検査キットも併せて受け付けます。
	8:30～11:00 胃がん	
	9:00～10:00 乳がん	
30日(木)	8:30～11:00 胃がん	豊浜福祉会館
	9:00～10:00 乳がん	
	13:30～15:00 子宮頸がん	
7月4日(月)	8:30～11:00 胃がん	豊浜福祉会館
	8:30～11:00 胃がん	
	9:00～10:00 乳がん	
	8:30～11:00 大腸がん	
5日(火)	13:30～15:00 子宮頸がん	豊浜福祉会館
	8:30～11:00 胃がん	
	9:00～10:00 乳がん	
	8:30～11:00 大腸がん	
6日(水)	13:30～15:00 子宮頸がん	豊浜福祉会館
	8:30～11:00 胃がん	
	9:00～10:00 乳がん	
	8:30～11:00 大腸がん	
7日(木)	13:30～15:00 子宮頸がん	豊浜福祉会館
	8:30～11:00 胃がん	
	9:00～10:00 乳がん	

歯と口の健康週間まつり

- 時** 6月5日(日)午前9時～午前11時30分
- 所** 保健センター
- 内** 歯の検診(希望者のみ)、フッ素塗布(6歳以下)、歯の相談、歯磨き指導、バザーなど
- 料** 無料
- 問** 健康増進課 ☎ 23 - 3964



時	所	内	数
日時	場所	内容	人数
対象	料金	受付期間	主催
持参物	注意	申込先	問合せ先

年に一度は健康診査

生活習慣病の早期予防・発見のために健康診査を実施します。5月末に対象者に受診券を送ります。内容を確認して受診してください。

時 6月1日(水)～10月31日(月)の診療時間内
所 市が指定する観音寺・三豊市内の医療機関
問 健康増進課成人保健係 ☎ 23 - 3964

- 国保特定健康診査
- 対** 40歳～74歳の国民健康保険加入者(平成28年4月1日現在)
- 料** 1,000円(本年度中に40歳、45歳、50歳、55歳になる人は無料)
- 注** 国民健康保険以外の人は、加入している医療保険者に問い合わせてください。
- 後期高齢者健康診査(健康診査)
- 対** 後期高齢者医療の資格がある人
- 料** 500円



前立腺がん検診

前立腺がんの検査は、少量の採血でPSAの値を調べる簡単な検査です。国保特定健康診査や後期高齢者健康診査の案内に受診票を同封します。

時 6月1日(水)～10月31日(月)の診療時間内
所 市が指定する観音寺・三豊市内の医療機関
対 50歳以上の男性(平成29年4月1日現在)
料 69歳以下=700円、70歳以上=500円
注 国民健康保険・後期高齢者医療加入者以外で検診を希望する人は、医療機関にある受診票に記入して検査を受けてください。
問 健康増進課成人保健係 ☎ 23 - 3964

骨粗しょう症検診

骨粗しょう症は、骨がもろくなり骨折しやすくなります。自覚症状がほとんどないため自分では気づきにくい病気です。ぜひ検診を受けましょう。

時 6月1日(水)～10月31日(月)の診療時間内
所 骨粗しょう症検診実施医療機関
対 40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の女性(平成29年4月1日現在)
 ※対象者には、受診票を送付します。
料 69歳以下=700円 70歳=500円
問 健康増進課成人保健係 ☎ 23 - 3964

投票所入場券と期日前投票宣誓書が一つに

次の選挙から、投票所入場券の裏面に期日前投票用の宣誓書が印刷されます。期日前投票所へ行く前に、入場券（裏面）の宣誓書の指定された部分をあらかじめ記入し、期日前投票所に持っていくと、投票手続きが早く済みます。ぜひ、利用してください。（本人確認のために受付で一部記入していただきます。ご協力をお願いします）

注投票所入場券を持参していない人は、これまでと同様に期日前投票所で宣誓書を記入してください。選挙当日に投票する人は、宣誓書の記入の必要はありません。



入場券の裏面が期日前宣誓書になり、受付がスムーズに！

問い合わせ先
選挙管理委員会事務局
☎ 23 - 3945

投票所が変わります

改修工事のため、従来使用していた第11投票区「常磐小学校体育館」および第30投票区「大野原農業者トレーニングセンター」の投票所が使用できません。投票所を下表のとおり変更していますので、注意してください。

変更する投票所	変更前	変更後
第11投票区域 村黒町、植田町、流岡町、出作町の一部	常磐小学校体育館	常磐なかよし教室 (常磐幼稚園跡)
第30投票区域 大野原町（大野原）	大野原農業者トレーニングセンター	大野原いきいきセンター (大野原支所横)

問い合わせ先
選挙管理委員会事務局 ☎ 23 - 3945

もう慣れたかな？ 新しい学校・学級・職場・地域

少年育成センター ☎ 25 - 4251

子どもたちは、それぞれの場所や場面で、自分の居場所づくりや友だちづくりに頑張っています。家庭では、子どもから話してくるその日の出来事などをゆっくり聴き、ねぎらってあげてください。家族の笑顔や地域の人からの温かい一声が、子どもたちの元気の源です。

子どもたちの表情や行動が気になるときは気軽に相談してください。



相談専用電話
☎ 23 - 0900

5月中旬までに、上記チラシを市内の幼稚園、小・中学校に通っている子どもがいる全家庭に配布しています。

元気印のかんおんじ21 第2次ヘルスプランの推進

健康増進計画・食育推進計画

生活習慣病予防グループ

健康増進課 ☎ 23 - 3964

今月は、「生活習慣病予防」グループの活動を紹介します 「2025年問題」

みなさんは、この言葉をテレビや新聞などで聞いたことがありますか？
団塊の世代が2025年ごろまでに後期高齢者（75歳以上）に達することで、介護・医療費など社会保障費の急増が懸念される問題です。

今後10年間で予想される人口の減少や、超高齢社会などにより、私たちはこの状況にどのように向き合っていけばいいのでしょうか。

自分たちのできること（しなければならないこと）は何なのかなど、地域の皆さんと一緒に考えていきたいと計画しています。



生活習慣病予防グループの今年度の取り組み

「10年先の自分や大切な家族はどうなっているかイメージしてみよう」をテーマに、地域の公民館などさまざまな場所で、インタビューを行っていく予定です。

インタビューに先立ち、「10年先をイメージするためのシート」を作成しました。10年後も元気で生き生きと生活するためには、どのような生活を送ればよいか、家族と話し合いながらシートに記入してみましよう。インタビューの結果はまとめてお知らせしていきます。

また、生活習慣病予防グループでは、地域の集まりに参加し出前講座も実施する予定です。

10年先をイメージするためのシート

②10年後、自分や家族(大切な人)がどうあって欲しいかイメージしてみよう

シートの記入方法

②10年後、自分や家族(大切な人)がどうあって欲しいかイメージして、「今できること」や「取り組んでみたいこと」などを考え記入

①今の家族は…

あなたの年齢(歳) 性別(男性・女性)
あなたの家族(人) 家族構成(男 人・女 人)

①家族の状況を記入

③10年前の自分(家族など)に言ってあげたいこと

③10年前の自分や家族に言ってあげたいことを記入



第66回

社会を明るくする運動

犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ

毎年7月は、法務省主唱の「社会を明るくする運動」強調月間です。この運動は、犯罪や非行の防止と、罪を犯した人や青少年の改善更生について理解を深め、安全な地域社会を築こうとする全国的な運動です。

罪を犯した人や非行のある少年も、地域社会で暮らす一人であり、矯正施設などで罪を償い教育を受けることになった人も、いずれは改善更生して社会に復帰し、地域社会の一員としてより良い社会の実現を担う立場にあります。

更生と社会復帰を実効あるものにするために、家庭や学校、職場のすべての人が地域の問題としてとらえ、理解し協力をする必要があります。

また、犯罪や非行から立ち直ろうとする人たちの意欲を認めて、地域の中に受け入れ、見守り、支えていくことが大切です。

この運動が地域に定着し、安心・安全に暮らせる明るい社会になるように「社会を明るくする運動」の輪を広げましょう。

市内中学校生徒弁論大会

日時 6月16日(木) 午後1時～

場所 中部中学校体育館

更生保護相談開設

日時 毎日(土・日曜日、祝日を除く)

午前9時～午後4時

場所 大野原支所2階
観音寺地区更生保護サポートセンター

日時 9月14日(水) 午前9時～正午

場所 社会福祉センター 第1相談室

日時 平成29年2月22日(水) 午前9時～午後3時

場所 豊浜福祉会館

問い合わせ先 社会福祉課 ☎ 23 - 3930



4/17 ご長寿おめでとうございます

100歳を迎えた豊澤二男さん(大野原町)を、白川市長が訪問し、長寿を祝いました。「戦争体験から助け合いの大切さを学んだ。また、元気で過ごせているのは、みんなのおかげ、ありがとうございます」と戦争中に感じたことや感謝の気持ちなどを話してくれました。100歳を迎えた今でも、とても元気で、毎日畑に行きサツマイモなどを作っているそうです。これからもお元気で過ごしてください。



5/11 祝100歳、いつまでもお元気で

100歳を迎えた村上スミさん(大野原町)を、白川市長が訪問し、長寿を祝いました。スミさんはとてもお元気で、身の回りのことは自分で行い、天気の良い日は草抜きなどをして過ごしています。10人兄弟の末っ子として育ったスミさん。「これまでよく働いてきました。今日はとてもうれしい」と終始笑顔で、家族や親戚の人たちに囲まれながら、市長と握手を交わしました。



5/12 想像力や心も育む チャレンジ音楽

愛和保育園で、子どもたちが楽しみにしているチャレンジ音楽がありました。阿部先生の指導の下、園児全員が6月の運動会や秋のコンサートなどを目標に、歌を歌ったり楽器に触れたりしながら、一年を通じて音楽に親しんでいます。この日の練習は運動会で披露するマーチング。5歳児は自分のパートの楽器や隊形移動など、真剣な表情で練習に取り組んでいました。



5/13 子どもたちとの触れ合いが元気のもと

柞田老人クラブの世代間交流ふれあいスポーツ大会がありました。柞田保育所や柞田幼稚園の子どもたちと自己紹介や握手をした後、だるま運びやわらべ歌体操を楽しむ会員の皆さん。「ひ孫くらいの子どもたちにパワーをもらっている」「かわいい声が聞けてにぎやかでうれしい」と、五月晴れの青空の下、拍手や声援を送りながら和やかなひとときを過ごしていました。



5/13 有明浜の魅力を感じました

健康づくりをしながら、ふる里の良さを再発見しようと実施している、ふる里探検ウォーキング。「はだしで有明浜を歩こう」と題した有明浜コース(約3km)には、珍しい海浜植物の観察や話を聞きながら歩くことを楽しみに約50人が参加しました。「砂が気持ちいい」「こんな機会でないとはだしで歩くことがない」と仲間と楽しくウォーキングをしていました。



5/15~29 ゆつたりと芸術を楽しみました

「人・渓谷・水の流域」をエリアテーマに、香川県の山間部を舞台としたかがわ・山なみ芸術祭2016が大野原町五郷地区(8カ所)で開催されました。国内外から21組のアーティストが絵画やオブジェ、映像など28の現代アート作品を展示。五郷の自然の特性を十分に生かし、地域の人とアーティストが一体となって完成した作品をたくさんの方が鑑賞していました。



かんおんぴタウン情報

4/24 実技を中心に実践!運動不足解消へ!

阿部純也先生(NHKゆう6うどん体操監修)の運動講座が観音寺小学校であり111人が参加しました。これは、市民の75%が運動不足を感じている(特に30~40歳代)と回答したアンケートを基に、その対策として企画したものです。腰痛改善にもつながる前屈や肩こり予防のストレッチなどワンポイントを加えて紹介し、参加者は楽しく心地よい汗を流しました。



5/1 約200株、色鮮やかに咲き誇りました

JR豊浜駅前広場で、毎年恒例の「つつじ祭り」が開催されました。地元須賀自治会によるもちつき大会や花や野菜の青空市、また地元の子どもちょうさが会場周辺を練り歩くなど大勢の人でにぎわいました。駅構内には「市の花・ツツジ」をバックにホームに入ってくる電車をカメラに収めたり、鮮やかなツツジを眺めたり、市内外からたくさんの方が訪れていました。



4/27-28・5/2 ここはどうしようかな?何色かな?

自由な発想と感性豊かな心を育てるため、平成28年度1回目の「観音寺子どもの夢事業」が観音寺小学校で開催されました。大学教授や染色アーティストを招き、1年生は草花などを使った緑画制作、2年生は小枝と輪ゴムを使ってのオブジェ作り、3年生は染色活動と、生き生きとした表情の子どもたち。友だちと相談しながら、個性豊かな作品が完成しました。



かがわ・山なみ芸術祭(5月15日~29日に五郷地区で開催)に完成した作品を出品!

5/5 人気イベントに100人参加!地引き網体験!

花稻地区地曳網実行委員会が、伝統漁法の魅力を多くの人に知ってもらうため、開催している人気の企画。二つの班に分かれて、掛け声とともにロープや網を引き、捕れた魚はキスやサヨリ、チヌなど。参加者は「貴重な体験なので楽しみにしていた」「大きな魚が捕れてうれしい、また参加したい」「捕れた魚を夕飯の天ぷらにする予定」などと目を輝かせて話していました。



5/8 図書館のことがたくさん分かったよ

こどもの読書週間(4月23日~5月12日)に合わせて行われる図書館行事「キッズ図書館員になろう!」が中央図書館であり、小学生26人が図書館員を体験。普段入ることのできない書庫やカウンターでの本の貸し出しや返却、図書館にまつわるクイズに答え、スタンプを集めるスタンプラリーなどを通して、本や図書館に親しみや興味を示していました。



本のコーディネート(カバー付け)を見学