

「悪質な訪問販売お断りシール」をご活用ください

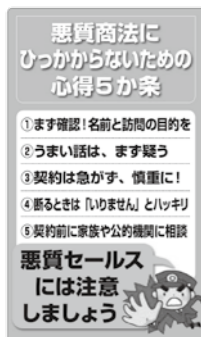
高齢者をねらった訪問販売による被害が増加しています。被害防止に役立てるために「悪質な訪問販売お断りシール」作成しました。玄関先の目につくところにシールを貼って、悪質な訪問販売を断りましょう。

※シールは区長・自治会長さんを通じて配布しています。(市役所生活相談課または各支所でも配布しています。)



「外玄関用」

訪問者の目につく場所に貼り、シールで意思表示していることを伝え、はっきり「いいりません」と断りましょう。



「屋内用」

いつも目につく場所に貼り、不意の対応に備えましょう。

生活相談課では、市民の方から消費生活に関する相談を受けています。買い物・契約のトラブルや、商品やサービスに関して心配なことがあれば、ひとりで悩まずにお気軽にご相談ください。

生活相談課 ☎ (25) 8125

食生活の改善を 応援します (栄養相談)



高島市では食事のとり方について、栄養士がその方に応じたアドバイスをさせていただきます。

血液検査の値が高いまま放置していると、血管がもろくなり、目や腎臓など身体中の様々な器官に問題が起ってきます。

- 早めの相談が改善につながっています。
- ★ 血糖値が高いと言われたことがある方 (空腹時血糖が100mg/dl以上の方)
- ★ ヘモグロビンA1cが5.6%以上の方
- ★ 尿酸値が高いと言われたことがある方 (7.1mg/dl以上の方)
- ★ 血圧が高いと言われたことがある方 (最低血圧が85mmHg以上の方)

その他食生活全般についても適宜、栄養相談を行っています。ご自宅への訪問指導も行っていますので、お近くの保健センターにご相談ください。

献血にご協力ください

- 4月18日(金)
 - 10時00分～11時30分 新旭保健センター
 - 13時30分～15時30分 安曇川保健センター
- 4月25日(金)
 - 10時00分～11時30分 高島保健センター
 - 13時30分～15時30分 高島市民病院

※ 200ml、400mlの全血献血です。
対象：16歳～69歳
(初めての方は64歳まで)

このコーナーに関するお問い合わせは、健康推進課まで ☎ (25) 8078



生活習慣病の健診

対象	① 30歳以上の市民、生活保護世帯の市民(職場などで健診機会のない方) ② 40～74歳の国民健康保険の方 ③ 75歳以上の市民
受け方	▶ 4月下旬から5月上旬にかけて受診券を送付します。 対象①で健診を希望される方は保健センターまでお申し出ください。 ▶ 地域を巡回する集団健診か、医療機関での個別健診で受診してください。
期間	▶ 個別健診：5月から1月まで ▶ 集団健診：日程は詳細が決まり次第お知らせします。(夏以降の実施予定です。)
料金	▶ 1,000円(75歳以上の方は無料です。平成25年度の市民税非課税世帯の方は事前に申請をしていただくと無料になります。)

がん検診

	方法(料金)	注意事項
がん検診の種類	胃がん検診 40歳以上の男女	集団検診(500円) 市の検診の対象にならない方 ・妊娠中または妊娠の可能性がある方 ・バリウムに対してアレルギー反応がある方 ・消化管が狭くなっている方やつまりのある方 ・過去の検診で誤嚥した(むせた)ことがある方 ・胃を切除したことのある方 ・胃腸の症状がある方(医療機関を受診してください)
	大腸がん検診 40歳以上の男女	集団検診(500円) 個別検診(500円) 保健センターで容器を受け取ってください。 医療機関で容器を受け取ってください。
	肺がん検診 40歳以上の男女	集団検診(500円) 65歳以上の方は、肺がん検診を受診した場合、結核健診を受ける必要はありません。
	乳がん検診 40歳以上の女性	集団検診(1,000円) 個別検診(1,500円) 市が行う検診は2年に1回の受診です。 市の検診の対象にならない方 ・ペースメーカー、豊胸術などの手術を受けた方 ・妊娠中、授乳中(終了後6カ月未満)の方 ・しこりや異常分泌など自覚症状のある方(医療機関を受診してください)
	子宮頸がん検診 20歳以上の女性	集団検診(1,000円) 個別検診(1,500円) 市が行う検診は2年に1回の受診です。 市の検診の対象にならない方 ・子宮や卵巣の病気になったことがある方 ・子宮の手術を受けたことのある方
期間	▶ 個別検診：4月から3月まで ▶ 集団検診：日程は「たかしま健康だより」をご覧ください。	
申込方法	▶ 大腸がん検診以外の検診は申込みが必要です。 集団検診会場の保健センターへお申し込みください。 ▶ 個別の子宮頸がん検診、乳がん検診を希望される方で無料クーポン券対象の方は保健センターまでお電話をください。高島市の受診券をお送りします。	

がん検診無料クーポン券について

下記の方を対象に、市のがん検診で使っていただけるクーポン券を発行します。クーポン券が届く前に、市の検診を受診された場合は還付の手続きを行ってください。クーポン券は6月頃発送の予定です。

	対象
子宮頸がん検診(女性)	平成5年4月2日～平成6年4月1日生まれ
乳がん検診(女性)	昭和48年4月2日～昭和49年4月1日生まれ
大腸がん検診(男女)	昭和48年4月2日～昭和49年4月1日生まれ 昭和43年4月2日～昭和44年4月1日生まれ 昭和38年4月2日～昭和39年4月1日生まれ 昭和33年4月2日～昭和34年4月1日生まれ 昭和28年4月2日～昭和29年4月1日生まれ

健康な時にがんを受けやすい健診

平成26年度 検診(健診)のお知らせ



歯周疾患検診について

対象の方は、歯周疾患検診が500円になります。

	対象
40歳	昭和49年4月1日～昭和50年3月31日生まれ
50歳	昭和39年4月1日～昭和40年3月31日生まれ
受け方	対象の方へ受診券を送付します。届いたら、市内の歯科医療機関へ予約して受けてください。