

結核予防週間

9月24日㊥～30日㊦

問い合わせ 保健医療課 ☎㉟2140

今では治療法や予防法も確立し、克服された病気と思われがちな結核ですが、決して「昔の病気」ではありません。

全国で年間1万6千人程度、県内では約300人(平成29年度概数値)の方が新たに結核にかかっています。

早期発見が、適切な治療につながりますので、普段と違うと感じたら、早めに医療機関を受診しましょう。

こんなときはすぐ医療機関へ

- 2週間以上の長引くせき
- 長引く倦怠感(体がだるく活力がない)
- 痰が出る、痰に血が混ざる
- 長引く微熱
- 体重が減少する
- 胸が痛い

結核の症状は風邪と似ているため、せきや痰があってもただの風邪だと判断しがちですが、これらの症状が長く続くような場合には迷わず医療機関を受診しましょう。

集団健診 日程表

と き	ところ	申し込み締め切り
10月31日(木)	総合市民会館 受付時間 8時30分～10時	9月26日(木)
11月 1日(木)		
平成31年2月28日(木)		平成31年1月24日(木)

※ 待ち時間を少なくするため、健診受け付けは指定時間になります。

健(検)診項目	対 象	自己負担額 ※4		市の健診事業以外 で受診した場合の 一般的な料金
		大竹市国民健康 保険・後期高齢 者医療保険の方	その他の 健康保険 の方	
特定(一般)健診 ※1	40歳以上	無料	無料	約9,000円
大腸がん検診			無料	約3,000円
胃がん検診			1,100円	約9,000円
肺がん結核検診	300円		約3,000円	
肝炎ウイルス検診 ※2	40歳以上		1,700円	約7,000円
乳がん検診 ※3	40歳以上		1,700円	約8,000円
子宮頸がん検診 ※3	20歳以上		900円	約7,000円

※1 特定(一般)健診:
その他の健康保険の方は市が実施している特定健診/一般健診を受診できない場合があります。
受診の可否については、ご加入の健康保険組合などに確認してください。

※3 乳がん・子宮頸がん:
昨年度受診した方は受診できません。

※2 肝炎ウイルス:
過去に受診したことがある方は受診できません。

※4 平成29年度市民税非課税世帯の方・生活保護受給者は全て無料です。



【参考】

市の健診事業以外
で受診した場合の
一般的な料金

約9,000円
約3,000円
約9,000円
約3,000円
約7,000円
約8,000円
約7,000円

健診を受けましょう

生活習慣病のリスクを早期に発見するため、年に一度は健診を受けましょう。国民健康保険または後期高

9月は「健康増進普及月間」

1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ

～健康寿命の延伸～

問い合わせ 保健医療課 ☎㉟2153



糖尿病・がん・心臓病や脳卒中などの生活習慣病予防のため、運動習慣の定着や食生活の改善など健康的な生活習慣を身につけましょう。

がん検診を一緒に受けましょう

集団健診では健康診査のほかにかん検診も受診できます。がんは早期発見することで、比較的負担の少ない治療ができ、治癒率も高まります。市はがん検診への補助を行っています。「健診・がん検診のご案内」と一緒に送った受診券に書いてある金額で受診できます。ぜひ受診してください。

集団健診による通行止めのお知らせ

集団健診の実施による検診バスが停車するため、健診日の前日から、総合市民会館と市立図書館の間の道路は通行止めとなります。ご理解とご協力をお願いします。

こころの悩みの電話相談 ☎

※ 個人情報は厳守されます。

名 称	電話番号	内 容
広島いのちの電話 (あらゆる悩みごとの相談)	☎082-221-4343	24時間・年中無休
こころの電話 (心の健康に対する あらゆる相談)	☎082-892-9090	月曜日・水曜日・金曜日 9時～12時、13時～16時30分 祝日、12月29日～1月3日を 除く

こころのサインをチェック ✓

悩みやストレスから生じるこころの疲れは身体面、精神面、行動面の変化となってあらわれます。

普段とは違う次のような変化がある場合は、こころのサインかもしれません。

- ☐ よく眠れない
- ☐ 食欲がない
- ☐ 体調不良が続く
- ☐ 集中力がなくなる
- ☐ 表情が暗くぼんやりしている
- ☐ 意欲や興味が減退する
- ☐ 遅刻・欠勤が続く
- ☐ 周囲との交流を避ける
- ☐ 飲酒量が増える
- ☐ など



あなたにできる自殺予防のための行動

①気づく 家族や仲間の変化に気づいて、「眠れている?」「どうしたの?」などの声をかけましょう。

②傾聴する 本人の気持ちを尊重して耳を傾けます。「大変だったね」などの言葉をかけましょう。

③つなぐ 早めに専門機関に相談するよう促します。相談を受けた側も協力者と連携しましょう。

④見守る 自然な雰囲気ですぐ声をかけ、優しく寄り添いながら、あせらず温かく見守りましょう。

自殺は
その多くが追い込まれた末の死
多くの自殺は、「個人の自由な意思
や選択の結果ではなく、さまざまな
要因により心理的に追い込まれた末
の死」と言うことができます。
防ぐことができる社会的な問題
心理的な悩みを引き起こす要因は
さまざまですが、それらに対する支
援等により多くの自殺は防ぐこと
ができます。
自殺を考えている人は
何らかのサインを
発していることが多い
一般的に自殺者の多
くは、たとえ精神疾患
を患っていても精神科
医など医療機関を受診し
ないなど相談への抵抗感か
ら問題も深刻化しがちです。
一方で死にたいと考えている人も、
こころの中では「生きたい」という
気持ちとの葛藤があり、不眠・原因不
明の体調不良などのサインを発して
いることが多いと言われています。
大切なのは、まわりの人からのコ
ミュニケーションです。左ページの
4つの行動で、かけがえのない命を
守りましょう。

大切な人の悩みに気づいてあげてください。

9月10日㊥～16日㊦は 自殺予防週間です。

問い合わせ 保健医療課 ☎㉟2140

広島県では、全国同様に平成10年以降自殺者が急増していましたが、平成22年の668人から減少傾向に転じました。しかし、毎年450人前後の尊い命が失われています。自殺について知ることが自殺予防の第一歩です。私たちにできることから始めてみませんか。