

# 保健師だより

あなたの健康支えます!!

## ◆◆ 町総合健康診査が始まります ◆◆

集団健康診査は9月4日～9月9日、11日(計7日間)、施設健診は令和6年1月31日まで実施します。集団健康診査は事前予約制です。受診を希望される方はお早めにお申し込みください。

なお、総合健診のご案内、申込書は6月中旬に送付しています。お手元がない方で、健診を希望される方は、健康環境課にお問い合わせください。

### ●総合健診の予約方法

【集団健診】「集団健診申込書」を町健康環境課へ提出してください(7月20日(木)必着)。

※電話での予約は行いませんので、必ず申込書を提出してください。

⇒申込後、町から「決定通知」を送付します。受診日時と健診内容をご確認ください。

【施設健診】「施設健診実施医療機関一覧」を確認し、電話等で直接医療機関に予約してください。

下記の方には個別に健診案内を送付しています。

①鏡石町国民健康保険加入者 ②後期高齢者医療保険加入者 ③胃がん検診対象者(50歳以上の偶数年齢)

④胃がんリスク検診対象者(40～49歳で一度も検査を受けたことがない方)

※①②の加入条件は令和5年4月時点、③④の年齢起算は令和6年3月31日時点

### ※全国健康保険協会(協会けんぽ)被扶養者の方について

協会けんぽの補助を使って特定健診を受診できます。受診の際には4月中に協会けんぽから送付されている(黄色の封筒)特定健康診査受診券、健康保険証が必要となります。

受診券がお手元がない場合には、協会けんぽにて再発行を受ける必要がありますので、必ず事前に確認をお願いします。詳しくは右のQRコードからご確認ください。



●問い合わせ先 健康環境課 保健師 ☎62-2115

### ◎自家消費野菜等食品放射能測定結果について

5月に実施された町内産の自家消費食品放射能検査の結果は、右表のとおりです。国の暫定基準値100ベクレル/kgを超える数値が検出された食品は、0件でした。また、井戸水の検査実施はありませんでした。

なお、検査に出される際には、正確な判定を行うため、食材100グラム以上が必要となります。付いた土(泥)などを洗い流し、食べられない部分ではできるだけ取り除いた水分などを含んでいない調理前の材料をご持参ください。

※材料の量や状態などで正確な判定ができない場合や町外産の食材を持参された場合は、参考測定扱いとしての結果報告となりますのでご承知願います。

食品名	件数	検出件数
にんにく	1	0
合計	1	0

●問い合わせ先 健康環境課 ☎62-2115

**広 告**

在宅療養支援診療所 **よしだ総合診療・在宅ケアクリニック**  
鏡石町不時沼 217-1 (JA あいりすホール向かい)

院長 **吉田 孝司** (44歳・成田出身) ☎ **0248-62-2508**

夜10時まで診療☆年中無休☆日・祝日も診療!!  
24時間365日対応、往診・訪問診療もできます!  
内科/心療内科/外科/小児科/皮膚科

	診療時間	月～金	土日	祝日
午前	9:00～12:00	○	○	○
午後	14:00～18:00	○	○	○
夜間	19:00～22:00	○	○	○

◎完全予約制です。気軽にお電話ください。  
◎当院はジェネリック医薬品を推奨しております。

**広 告**

令和3年7月オープン!利用者&訪問看護師、募集中!  
うつくしま訪問看護ステーションかがみいし

鏡石町本町 193  
クインズコート 102  
(いちい鏡石店となり)

「訪問看護ステーションほのぼの」

管理者 **久保木 亜梨沙** ☎ **080-5845-3844**

◎医療保険または介護保険を利用して、看護師による様々な在宅ケアが受けられます。(健康観察・リハビリ・点滴・口腔ケア・ネイルケアなど)  
◎ご用命の方は、主治医またはケアマネジャー、鏡石町地域包括支援センター「あんしんかん」にご相談ください!

【経営母体】鏡石町不時沼 217-1  
一般社団法人健康情報総合評価機構 理事長 吉田孝司

## 新型コロナウイルス感染症 再拡大に備えましょう

国内外で新型コロナウイルスの感染が再び拡大傾向にあります。感染予防策、重症化対策として、定期的なワクチン接種が有効であるとされています。

新型コロナウイルスは感染力が強く、特に高齢者や基礎疾患をお持ちの方は、重症化のリスクが高くなりますので、ワクチン接種をはじめとした「うつらない」「うつさない」ための対応をお願いします。

### 新型コロナワクチン個別接種(令和5年春夏)について

鏡石町では、65歳以上、基礎疾患等をお持ちの方を対象に、令和5年春夏のワクチン個別接種を町内5医療機関で実施しています。予約については各医療機関にお問い合わせください。

- ①接種期間: 8月くらいまで(医療機関によって異なります)
- ②使用ワクチン: ファイザー社ワクチン(一部モデルナ社ワクチン)
- ③実施医療機関: 岡ノ内クリニック、鏡石クリニック、ごとう内科クリニック、つむらやクリニック、よしだ総合診療・在宅ケアクリニック



### 新型コロナワクチン接種(小児用)について

3月下旬から、5～11歳の方を対象とした新型コロナウイルスワクチンの接種を行っています。5～11歳の方については、ファイザー社のワクチン(小児用)を3週間間隔で2回接種することとなります。対象者には、3月に接種券を送付していますが、お手元がない方は健康環境課までご連絡ください。

### 新型コロナウイルス感染症対策は?

【基本的感染対策は引き続き有効です】

手洗い、換気、3密(密閉、密集、密接)の回避、人と人との距離の確保

【マスクの着用は個人の判断が基本となります】

医療機関や高齢者施設等に行くときや混雑した乗り物の中では引き続き着用が推奨されます。また重症化のリスクのある方や、お店などからマスクの着用を呼びかけられたときは、マスクの着用をお願いします。

【もし陽性になったら】

症状の軽い方は、自宅等で療養し、症状の重い方、重症化のリスクの高い方は、事前連絡をしてからかかりつけ医や身近な医療機関を受診してください。発症後5日間、また5日目に症状が続いていた場合は症状軽快から24時間経過するまでの間は、外出自粛と10日を経過するまではマスク着用を推奨します。

●問い合わせ先

- 体調悪化時(24時間対応) 県新型コロナウイルス感染症相談センター ☎0120-567-747
- ワクチン接種に関する一般的なこと 健康環境課 ☎62-2115

**広 告**

かがみいし地域包括ケア研究会 参加無料! 先着100名

第100回記念事業

- 第1部 特別講演会
- 第2部 パネルディスカッション

フリーアナウンサー **大和田 新氏** 特別講演会 開催!

**7/29(土)** 15時～鏡石町図書館

【主催】かがみいし地域包括ケア研究会 ☎0248-62-2508

**鏡石町シルバー人材センター会員募集**

【職 種】公共施設の宿直業務  
【就業時間】17時～8時30分  
【就業日程】週2～3日程度  
【問い合わせ】  
鏡石町シルバー人材センター  
☎ **0248-62-7171**