

10月は「ピンクリボン月間」です。

乳がんは、日本人女性の11人に1人がかかるとても身近な病気です。乳がんにかかる人は30代から増え始め、40代後半から60歳前半にピークを迎えます。

乳がんは早期発見、早期治療で治る確率が特に高いがんです。市では40歳以上の女性を対象に乳がん検診を実施しています。ご自身や家族のために検診を受診してみませんか。

がん検診に関する問い合わせ先 健康増進課〔☎0837(53)0304〕



10月10日は「目の愛護デー」です。

スマートフォンやパソコンなどの機械を見る時間が長くなることで、目にかかる負担が大きくなりがちです。目の使い過ぎが、肩こりや頭痛などの体の不調につながることもあります。

大切な目を労わる生活を心がけてみませんか。



10月の日曜休日当番医

美祢市医師会	診療時間	9時～17時	美祢郡医師会	診療時間	9時～17時
7日回 山本医院	大嶺町中村上	〔☎0837(52)1516〕	7日回 美東病院	美東町大田	〔☎08396(2)0515〕
8日回 植田救急クリニック	大嶺町曾根下	〔☎0837(52)9237〕	8日回 時澤医院	秋芳町秋吉	〔☎0837(62)0015〕
14日回 野間クリニック	大嶺町長ヶ坪	〔☎0837(54)0510〕	14日回 美東病院	美東町大田	〔☎08396(2)0515〕
21日回 ともの園クリニック	於福町萩原	〔☎0837(56)5000〕	21日回 吉崎内科医院	美東町大田	〔☎08396(2)5066〕
28日回 札幌クリニック	大嶺町吉則	〔☎0837(52)2847〕	28日回 美東病院	美東町大田	〔☎08396(2)0515〕

保健だより



育児相談

10月2日回	13時30分～15時	美祢市保健センター
10月17日回	10時～11時30分	美東保健福祉センター
10月29日回	13時30分～15時	秋芳保健センター

楽しいウォーキング教室

【1回目】10月3日回	13時30分～16時	勤労青少年ホーム
【2回目】10月24日回	13時30分～16時	美東体育館

スペシャルセミナー【妊婦学級】

10月12日回 13時30分～15時30分 美祢市保健センター

子育てサークル（時間：10時～11時30分）

10月2日回	伊佐公民館
10月9日回	厚保公民館
10月23日回	於福公民館
10月24日回	美祢市保健センター
10月25日回	豊田前公民館
10月30日回	秋芳保健センター

風しんの流行に伴う注意喚起

現在、例年と比較し関東地方や大都市を中心に風しんの届出数が増加しています。今後も多くの人の往来による感染拡大が見込まれることから、以下の項目に当てはまる人は、予防接種をご検討ください。

- 風しんにかかったことがない人
- 予防接種をしていない、又は1回だけ接種した人
- 予防接種をしたかわからない人
上記に該当する人で、特に、妊娠を希望する女性、妊婦と同居の家族の人は予防接種をおすすめします。
希望される人は、医療機関へ予約・受診をしてください。

● 問い合わせ先 健康増進課
〔☎0837(53)0304〕

糖尿病予防教室

血糖値が高い状態をそのままにしておくと、糖尿病を発症し、やがて深刻な合併症が引き起こされます。いつまでもおいしく楽しく食べるために、教室に参加して糖尿病について楽しく学んでみませんか。

● 教室の内容

- ①11月1日回 糖尿病を知る編
講師 中元 起力 先生
(中元医院 院長)
- ②11月9日回 食べる編①
(管理栄養士)
- ③11月16日回 食べる編②
(管理栄養士)
- ④11月30日回 体を動かす編
講師 澄川 絵里奈 先生
(健康運動指導士)

- 時間 13時30分～15時30分
(受付13時15分～)
- 会場 ①、②：秋芳保健センター
③、④：美東保健福祉センター
- 対象者 血糖値が高めで糖尿病の治療をしていない40歳から74歳までの市民
- 参加料 無料
- 申込み・問い合わせ先 健康増進課
〔☎0837(53)0304〕
美東総合支所総合窓口課
〔☎08396(2)5005〕
秋芳総合支所総合窓口課
〔☎0837(62)1909〕

5歳児発達相談会に係る 問診票の提出について

平成30年度中に5歳になる幼児（年中児）を対象とした発達相談会を開催します。

相談会に出席を希望される場合は、事前に問診票の提出が必要になります。希望する人は、問診票をお送りしますので、10月11日困までに美祢市保健センターへご連絡ください。

※市内の保育園・幼稚園に通園している対象幼児の保護者には、各園を通じて、事前に問診票を送付しています。

発達相談会の詳細については、後日出席者に連絡します。

なお、希望者多数の場合は、出席者を制限することがありますので、ご了承ください。

- 申込み・問い合わせ先
健康増進課
【☎0837(53)0304】

あなたは「かかりつけ薬剤師」「かかりつけ薬局」を選んで いますか

「いつでも」「気軽に」相談できます！

- 現在利用しているすべての医療機関の処方せんの内容をチェックし、薬の飲み合わせや副作用を確認してもらえます
- 薬局の営業時間外でも、薬などの電話相談ができます

- 在宅療養の人でも、残薬の管理や健康相談ができます（薬剤師が伺います）
- 医療機関や地域包括支援センターなどの関係機関と連携し、総合的な支援を行います

県内の薬局は、関係機関と連携し、あなたの健康をサポートします！

薬局の所在地や取組内容等（薬局機能情報）については、山口県ホームページで公表していますので、積極的に活用し、『あなたの「かかりつけ薬剤師」「かかりつけ薬局」を見つけましょう。

[☎<http://www.pref.yamaguchi.lg.jp/cms/a15400/yakuzi/kinojoho4.html>]

- 問い合わせ先
山口県宇部健康福祉センター
環境衛生薬事班
【☎0836(31)3200】

くすりのひみつ探検講座

- 開催日時 10月18日 14時～15時45分
- 開催場所 協和発酵キリン株式会社宇部工場（宇部市大字藤曲2547-3）
- 内容 薬品の製造工程の見学、医薬品についての正しい知識などに関する講習
- 参加料 無料
- 申込方法 住所、氏名、年齢、電話番号を、10月11日困までに下記へ電話又はFAXにて申してください。

- 申込み・問い合わせ先
山口県宇部健康福祉センター
環境衛生薬事班
【☎0836(31)3200】
【☎0836(34)4121】

ジェネリック医薬品製造 工場の見学バスツアー

- 開催日時 11月27日 日
- 行き先 沢井製薬（株）九州工場（福岡県飯塚市）
- 内容 ジェネリック医薬品製造工程の見学、バス内での「くすりのミニ講座」
- 行程 美祢市役所（9時50分）⇒昼食（11時30分～12時30分）⇒沢井製薬（株）九州工場（13時～15時）⇒美祢市役所（17時20分）
- 定員 20人程度（高校生以下は不可）
- 昼食代 1,000円
- 申込方法 10月12日 正午までに下記へ電話にてお申込みください。

※応募多数の場合は抽選とします。

- 申込み・問い合わせ先
美祢地域ジェネリック医薬品安心使用促進連絡会議（事務局：山口県宇部健康福祉センター環境衛生薬事班）
【☎0836(31)3200】

移動市長室(10月予定)

市長が地域に出向き、市民の皆さんの意見を直接お聞きします。

※ 先着順に対応させていただきます。また、多数の面会希望があった場合、1人（1組）あたりの時間を調整させていただきますことをご了承ください。

美祢市役所	10月23日 10時30分～11時30分	美東総合支所	10月24日 10時30分～11時30分
秋芳総合支所	10月24日 13時30分～14時30分	於福公民館	10月29日 10時30分～11時30分
綾木公民館	10月30日 10時30分～11時30分	嘉万公民館	10月30日 13時30分～14時30分

問い合わせ先 秘書課 【☎0837(52)5250】

データで 見る 美祢市

まちのうごき (平成30年9月1日)

人口	24,710人	前月比	▲27人
男	11,626人	前月比	▲9人
女	13,084人	前月比	▲18人
世帯数	11,161世帯	前月比	31世帯

	人身事故			物損事故
	件数	死者	傷者	
8月中	4(371)	0(3)	4(464)	71(3,755)
累計	24(2,694)	0(27)	30(3,291)	518(27,141)
昨年対比	▲16(▲680)	▲2(▲16)	▲33(▲892)	61(1,338)

()内は県下総数