



健康だより

きじょうコスモス



2023年 4月号 (No.5-1)
福祉保健課(保健センター)
TEL32-4010

★令和5年度 木城町 各種がん検診等受診券のご案内

次の方に令和5年度の各種がん検診等受診券を郵送します。
町の検診を受ける際に必要ですので失くさないようお願いします。

対象	年度末年齢(令和6年3月31日現在)が 男性⇒40歳以上 女性⇒20歳以上
受診券	ハガキ(青色・見開き式) ※下の見本をご覧ください。
受診券の有効期間	令和5年5月～令和6年3月末
使用方法	がん検診を受ける際に健康保険証と 一緒にお持ちください。
受診券に検診の詳細(日程など)を載せています。 ご確認ください。	
問い合わせ	保健センター(Tel32-4010)

発送は4月末の予定です。
見開き式のハガキです。

この部分から開いて内容
(日程・対象者・料金等)を
ご確認ください。



★こころの健康相談(予約制)



対象	こころの健康で悩みのある方(ご家族)
日時	4月17日(月) 13:30～(1人あたり 約50分)
場所	保健センター
内容	臨床心理士による個別相談 ・統合失調症、うつ病に関すること ・発達障害、不登校、引きこもりに関すること ・アルコールや薬物に関すること (上記以外のことでも相談可能です。)
申し込み	保健センターにお申し込みください (Tel32-4010) 締め切り:4月10日(月)まで

★死因別にみる死因順位(令和3年度)

<日本人の死因順位> 1位と2位で全体死因の4割を占めています。

1位	悪性新生物(がん) 26.5%	
2位	心疾患(高血圧性を除く) 14.9%	
3位	老衰 10.6%	

★食事や運動など生活習慣を改善することで病気のリスクを減らすことができます。
★健(検)診を受けることで、早期発見できます。

予防できる命があります。

ご自身や家族のために、生活習慣を見直したり、
健(検)診を受けて健康づくりにとりくみましょう。



★マスク着用の考え方について

<お知らせ>令和5年3月13日以降、個人の主体的な選択を尊重し、マスクの着用は個人の判断に委ねるになっています。
個人の意思に反してマスクの着用を強いることがないよう、個人の主体的な判断が尊重されるよう、ご配慮をお願いします。

ただし、以下のような場合には注意しましょう！！

周囲の人に感染を広げないために

マスクを着用しましょう



受診時や医療機関・高齢者
施設などを訪問する時

通勤ラッシュ時など混雑した
電車・バスに乗車する時

ご自身を感染から守るために

マスク着用が効果的です



高齢者

基礎疾患を有する方

妊婦

重症化リスクの高い方が感染拡大時に混雑した場所に行く時

令和5年度も、すべての方に自己負担なしで新型コロナワクチンを接種いただけます。詳細につきましては、決まり次第随時ご案内します。