

10月17日～23日は「薬と健康の週間」です

閩健康づくり課(南有馬庁舎) ☎73-6641

- 薬を使用する際には次のことに注意し、より安全に効果的に使用してください。
●使用する前に薬の説明書をよく読み、用法・用量を守りましょう。
●薬は正しく保管し、古い薬の使用はやめましょう。
●かかりつけ薬局をもちましょう。
1つの薬局で薬の受け取りを行い、重複服薬や飲み合わせを防ぐことができます。
●「お薬手帳」を1冊にまとめ活用しましょう。
薬の種類によっては持病や飲み合わせにより副作用が生じることがあります。

Q「お薬手帳」を1冊にまとめるメリットは？

A 医療機関や薬局が、薬歴を知ることによって薬を安全・適切に処方・調剤することができ、薬の重複防止につながります。



県薬剤師会HP

長崎県薬剤師会 Q検索

10月は「がん検診受診率向上に向けた集中キャンペーン月間」です

閩健康づくり課(南有馬庁舎) ☎73-6641

がんは昭和56年から日本の死因第1位であり、令和4年には年間約39万人が亡くなり、今後も増加が見込まれています。
がんで亡くなる人を減らすためには、早期発見・早期治療が重要です。
本市ではがん検診の対象者へ毎年5月末に受診券を交付しています。
この機会に、がん検診を受けましょう。



南島原市 健診 Q検索



個別健診について



集団健診について

健診を受けましょう

閩健康づくり課(南有馬庁舎) ☎73-6641

集団健診・個別健診ともに予約が必要です。5月に郵送した黄色の封筒「令和5年度南島原市 健診のお知らせ」をご確認の上、受診してください。

●女性検診

11月24日(金) 午前9時～11時/午後0時30分～2時30分

ありえコレジヨホール

●予約受付期間:10月25日～11月8日(土日祝日を除く)

集団健診予約受付:けんしん予約センター ☎0120-611-711

<お願い>40～74歳の南島原市国民健康保険加入者で、勤務先で実施される健康診断を受診する場合は、健診結果のコピーを健康づくり課へご提供ください。

※新型コロナワクチンを接種した側の腋窩(えきか)リンパ節の腫れが、乳がん検診の判定や診断に影響を及ぼす恐れがあるため、乳がん検診は新型コロナワクチン接種前あるいは接種後6～10週間以上経過後の実施が推奨されています。
※女性検診を希望する人は、予約受付期間内に電話予約してください(受診希望の3日前までであれば、予約状況により予約ができる場合がありますので、けんしん予約センターにご確認ください)。
※聴覚に障がいがある人は、福祉課にFAX(85-3142)をするか、手話通訳にご相談ください。
※個別健診を希望する人は、直接医療機関に電話で予約してください。



10月は臓器移植普及推進月間です

閩(公財)長崎県健康事業団 ☎0957-43-7131

話そう。大切な人と。
知らせておこう自分のこと・
知っておこう家族のこと

全国には重度の病気となり移植でしか根治しないと診断された人のうち、移植希望登録をしている人が現在約1万6千人います。

移植医療は善意の提供があってこそ成り立つものですが、日本では臓器の提供者が少ないため、実際に移植を受けることができる人は年間3%と低い状況です。

あなたの身に「もしも」のことが起きたとき、臓器提供の意思が分からないと家族や大切な人が迷ってしまいます。この機会に、家族や大切な人と臓器移植や意思表示について話し合い、自分の意思を示しましょう。
「あなたの意思で救える命、つながる命があります。」



子どもの成長に合わせて市のLINEで情報をお送りします

閩総務秘書課(西有家庁舎) ☎73-6621

出産予定日や子どもの生年月日など簡単な登録を行うだけで、自動的に情報を受け取ることができますので、ぜひご利用ください。

●配信事例

- 【出産前】妊婦健診や産後ケアなどに関する情報
【出産後】乳児健診や各種手当などに関する情報

まずはLINEの友だち追加を!



LINE

10月は骨髄バンク推進月間です

閩県南保健所(島原市) ☎0957-62-3289
(公財)日本骨髄バンク ☎03-5280-1789

～勇気とやさしさがいのちを救います～

全国で骨髄移植を必要としている患者は毎年増え、現在約2千人います。

1人でも多くの命を救うためには、骨髄バンクのドナー(骨髄・末梢血幹細胞の提供者)登録が不可欠ですが、特に若い世代のドナー登録が少ない状況です。皆さんのあたたかいご協力をお願いします。

18歳から54歳までの健康な人で、体重が男性45kg、女性40kg以上の人



日本骨髄バンクHP

コンビニ受診を控えましょう

閩健康づくり課(南有馬庁舎) ☎73-6641

本来、重症救急患者を受け入れるための救急外来を「コンビニ受診」することで、救急医療機関の負担が大きくなっています。



●コンビニ受診とは…

昼間に受診できるのに、自分の都合で外来診療を行っていない休日や夜間の時間帯に、救急外来を受診することを言います。



●コンビニ受診をしないためには…

体調が悪くなったら、早めにかかりつけ医を受診しましょう。また、健康診断などを積極的に受け、病気の予防や早期発見に努めることも大切です。

症状は軽いけど、休日にどの病院を受診したらよいか、どのように対処したらよいか分からない場合は、市広報紙の裏面や市ホームページに休日在宅当番(歯科)医を記載していますので、ご覧ください。また、子どもの急な病気やけがなどの場合は、長崎県小児救急電話相談(☎#8000)をご利用ください。

親子ふれあいプログラム「にほ・さんぽ」

閩生涯学習課(南有馬庁舎) ☎73-6703

乳児とママのための講座を開催します。あやし歌を歌ったり、絵本を見たり、おしゃべりしたりする楽しい集まりです。遊びにきてみませんか？

【有家会場】

11月28日、12月5日、12日、19日(全4回/火曜日) 午前10時～正午

ありえコレジヨホール

【南有馬会場】

11月29日、12月6日、13日、20日(全4回/水曜日) 午前10時～正午

原城オアシスセンター

【共通事項】

各会場8組(先着順ですが、4回すべてに参加できる人を優先します)

無料 ※ただし、おやつ代実費負担(4回で200円程度)
市内在住で、講座初日に生後2～5カ月の乳児とママ(乳児とママ以外の人は参加できません)

●持参品…バスタオル、タオル

11月10日(金)

市LINEまたは電話、窓口で申し込んでください。

※各会場の参加申し込みが2組以下のときは、開催会場を変更する場合があります。



LINE参加申込