

自死遺族のつどい

問 健康ほけん課健康推進係

☎内線129

大切な人を自殺で亡くすと、「なぜ自殺したのか」「どうして気がつけなかったのか」という疑問や自責の念など様々な感情が起こり、心や体にも影響があらわれることがあります。

自死遺族のつどいは、同じような体験をした人が集い、ありのままの感情を共有することで、ほっとできたり新たな気づきが得られる場です。

「同じような体験をした人の話を聞いてみたい」「自分の気持ちを話したい」と思う人は一度参加をしてみませんか。

【日時】

10月31日(土)

午前10時～11時30分

(受付開始:午前9時30分)

【会場】

松浦市保健センター

(すこやか青プラザ3階)

【対象】

大切な人を自死(自殺)で亡くされた人

【申込】 不要

【費用】 無料

薬と健康の週間

問 健康ほけん課健康推進係

☎内線129・168

10月17日から23日までは「薬と健康の週間」です。

薬を使用する際には次のようなことに注意し、より安全に効果的に使用してください。

- 使用する前に薬の添付文書・書能書をよく読みましょう。
- 用法・用量を守りましょう。
- 薬の剤形にあった服用方法を守りましょう。
- 薬の飲み合わせに注意しましょう。
- 高齢者や子どもの薬の使用には特に注意しましょう。
- 薬は正しく保管しましょう。
- 古い薬の使用はやめましょう。

10月から健康ポイント事業が始まります！

問 健康ほけん課健康推進係 ☎内線 168

＊健康ポイント事業とは

健康診査、市事業への参加など健康づくりの取り組みに対し、ポイントを付与します。ポイントを貯めると景品がもらえて、さらに抽選で松浦市特産品をプレゼント！

楽しみながら、市民一人ひとりが「自分の健康は自分でつくり、守る」という意識を高め、健康管理や健康づくりに取り組みましょう。

【対象者】 市内に住んでいる20歳以上の人

【参加方法】 ① 申出書を、健康ほけん課または各支所・出張所へ提出(申出書は健康ほけん課、各支所・出張所にあります)

② ポイントカードを受け取る

③ 対象事業に参加してポイントを貯める

④ 70ポイント貯めたら、健康ほけん課または各支所・出張所にカードを提出し、景品を受け取る

【ポイント付与期間】 10月1日(木)から令和3年1月31日(日)まで

【ポイント交換期限】 令和3年2月1日(月)まで

【景品の交換場所】 市役所健康ほけん課、各支所・出張所

＊参加者の中から抽選で特産品が当たります

松浦市特産品① 10,000円相当の品(10名様)

② 5,000円相当の品(20名様)

③ 3,000円相当の品(30名様)



【対象事業】

特定健康診査・後期高齢者健康診査(30ポイント)

人間ドック(50ポイント)、市主催・共催健康イベント(30ポイント)など

今年度、既に特定健診や後期高齢者健診などの受診がお済みの方は、ポイントカード発行時にポイントを付与しますので、健診結果をご持参ください。

乳児のロタウイルス予防接種の定期接種化について

問 子育て・こども課子育て支援係 ☎内線 148

令和2年10月1日から、ロタウイルスワクチン予防接種が定期接種（無料）となります。対象となる人は接種回数や接種間隔等を確認のうえ、予防接種実施医療機関で予防接種を受けましょう。

【対象者】 令和2年8月1日以降に生まれた乳児

【接種回数】 ・ロタリックス（1価）…2回 ・ロタテック（5価）…3回

※医療機関で相談し、どちらかのワクチンを選んで受けてください。

2種類とも効果や安全性に差はありませんが、接種回数、接種できる時期が異なります。

【接種時期・接種間隔】 ロタリックス・・・生後6週から生後24週までに27日以上あけて2回経口投与
ロタテック・・・生後6週から生後32週までに27日以上あけて3回経口投与

※初回接種は生後6週から生後14週6日までの間に受けてください。生後15週以降の接種はおすすめていません。

※9月30日までに接種した費用の払い戻しはありません。

【接種場所】 市内の医療機関等（ホームページに掲載しています）



「がん検診」を受けましょう

～住民健診（集団健診）を活用しましょう～

問 健康ほけん課健康推進係 ☎内線 129・168

日本人の主な死亡原因は、第1位はがんで、国民の2人に1人が罹患し、3人に1人が亡くなっている現状があります。

今年度新型コロナウイルス感染拡大防止のため延期にしていた住民健診（集団健診）は、**4月に申込みをされた人を対象に予約制で実施します**。対象の人には通知を送りますので、ご希望の日時を予約してください。なお、予約がない場合は受診できません。

健診（検診）は『愛する家族への贈り物』です。早期発見・早期治療、そしてよりよい人生を送り続けるために、がん検診を受けましょう。

平成29年度から令和元年度までのがん検診の受診率を右記に示していますが、**目標値50%**にはまだまだ届いていない状況です。

