



さびない体づくりのための

アンチエイジング運動教室

4回の教室で、筋力アップや歪みを矯正したり、健康的な食生活について学び、無理なくサイズダウンすることを目指します。

▼とき：10月13日(木)、20日(木)、27日(木)、11月2日(水)午後6時45分～8時

▼ところ：健康管理センター2階(市役所向い)

▼講師：コナミスポーツクラブ 岩田 素氏、市栄養士

▼定員：30人(先着順)

▼参加費：無料

▼持ち物：汗ふき用タオル・飲み物・動きやすい服装

▼申込期間：9月26日(月)～10月6日(木)

▼申し込み・問い合わせ…成人保健係 内線 3175～3177

結核予防週間

9月24日～30日

日本では、結核はいまだ最大の感染症です。年間約2万5,000人の新患者が発生し、約2,000人が亡くなっています。

市では結核予防のために、満3カ月以上6カ月未満の乳児を対象にBCG予防接種を行っています。対象者には、市から通知書を送付しますので、他の予防接種との間隔に気を付けながら忘れずに接種しましょう。

また、40歳以上の人を対象に結核・肺がん検診も実施していますので、積極的に受診しましょう。

▼問い合わせ…健康係 内線 3172～3174

麻薬・覚せい剤乱用防止運動

10月1日～11月30日

現在、覚せい剤などの薬物乱用が増加し、深刻な状況となっています。

一度だけのつもりがいつの間にか中毒となり、たった一度の人生が取り返しのつかないものとなるのです。

勧められても「ダメ」と自分の意思で強く断ることが大切です。



財団法人 麻薬・覚せい剤乱用防止センター

健診・検診を受けましょう

市は各種健診・検診を行っています。それぞれ11月または12月で本年度の日程が終わります。例年、最終日近くは混み合いますので、涼しくなってきたこの時期に早めに受診しましょう。

●特定健診

身長・体重・腹囲の測定
血液・血圧・尿・心電図・眼底の検査

特定健診は医療保険ごとに行う健診です。市は北上市国民健康保険に加入している人へ、集団健診の時期に合わせて受診券をお送りしています。

なお、それ以外の人はそれぞれの医療保険から受診券が発行されます。市の健診会場で受診できる場合もありますので、ご確認の上会場にお越しください。

●がん検診

検診名	対象者
胃がん・大腸がん検診	35歳以上の市民
乳がん検診※	40歳以上の市民(女性)
子宮がん検診※	20歳以上の市民(女性)
肺がん検診	40歳以上の市民
前立腺がん検診	50歳以上の市民(男性)

※乳がん・子宮がん検診は隔年(2年に1回)で実施します。

がん検診は、対象年齢の市民であればどなたでも受診できます。

また、次の年齢になった対象者には無料クーポン券を送付しました。

・昨年度40、45、50、55、60歳 → 乳がん検診

・昨年度20、25、30、35、40歳 → 子宮頸がん検診

なお、大腸がん検診の無料クーポン券は、昨年度40、45、50、55、60歳となった対象者に送付することとしており、9月中にはすべての人に発送する予定です。

▼問い合わせ…健康係 内線 3172～3174

10月は
「がん検診受診率
50%達成に向けた
集中キャンペーン期間」
です！



休日当番医 (9:00 ～ 17:00)

とき	内科系	外科系
10/2 (日)	ちとせ医院 大通り2-1-22 63-3780	室岡整形外科医院 大通り3-5-6 63-3311
10/9 (日)	高橋医院 本通り3-2-46 64-4159	たまだ江釣子クリニック 上江釣子16-129-1 77-5656
10/10 (月)	根本小児科医院 芳町6-5 63-4687	佐藤産婦人科小児科医院 新穀町1-5-28 63-6262
10/16 (日)	小豆嶋胃腸科内科クリニック 本通り4-13-6 65-6006	藤田眼科医院 上江釣子17-204 71-5222
10/23 (日)	及川放射線科内科医院 立花10-28-1 65-3811	まゆみ皮フ科クリニック 柳原町4-15-26 61-5220
10/30 (日)	むらさきのクリニック 村崎野15-150-1 71-3555	ささもり耳鼻咽喉科医院 柳原町3-11-16 64-6644

休日当番薬局 (9:00 ～ 17:00)

とき	薬 局	薬 局
10/2 (日)	さくら調剤薬局 若宮町2-2-39 63-8822	フォレスト薬局北上店 村崎野17-171 66-7121
10/9 (日)	テルス調剤薬局 花園町1-6-11 61-3757	さくら薬局北上村崎野店 村崎野17-170-2 81-4545
10/10 (月)	ひまわり薬局 芳町7-20 63-6877	アイン薬局北上店 村崎野17-172-1 71-1780
10/16 (日)	あんず薬局 上江釣子17-218-2 71-5665	中央調剤薬局岩手県立中部病院前支店 村崎野17-22-1 68-4976
10/23 (日)	さわやか薬局 立花10-48-7 65-5000	おおぞら薬局 柳原町4-15-29 65-2202
	フォレスト薬局北上店 村崎野17-171 66-7121	
10/30 (日)	東北調剤薬局 むらさきの店 村崎野15-149-1 62-5900	おおぞら薬局 柳原町4-15-29 65-2202
	さくら薬局北上村崎野店 村崎野17-170-2 81-4545	

日曜日当番整骨院 (9:00 ～ 17:00)

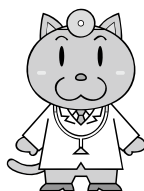
とき	施術所	とき	施術所
10/2 (日)	高橋整骨院 下江釣子11-53-1 73-5170	10/23 (日)	佐藤整骨院 大通り1-6-8 63-3725
10/9 (日)	斎藤整骨院 大曲町8-27 65-4531	10/30 (日)	うえのまち整骨院 上野町3-3-2 61-4221
10/16 (日)	大河原整骨院 本通り3-1-26 65-0104		

休日当番歯科 (9:00～12:00)

とき	歯 科
10/16 (日)	門神歯科クリニック 和賀町横川目36-16-10 72-4180

※3週目以外の日曜日には開院している歯科があります。

※休日当番医などは変更になることがあります。あらかじめ電話で確認の上、保険証をお持ちください。



子宮頸がん予防ワクチンのお知らせ 「ガーダシル」も無料で接種できます

市は本年度、子宮頸がん予防ワクチンの接種費用について、全額公費で負担する事業を行っています。

対象者には、7月22日付けで子宮頸がん予防ワクチン「サーバリックス」の接種通知書を送付したところですが、新たに承認された「ガーダシル」が8月26日から発売となりました。

これに伴い「ガーダシル」も公費助成の対象とし、9月15日から無料で接種できます。

◆注意点

①対象者は平成7年4月2日～11年4月1日生まれの女性です(サーバリックスと同じ)。

②ガーダシルの接種を希望する場合、新たに市から通知書と予診票を送付しますので、下記までご連絡ください。また、併せて医療機関への接種予約も行ってください。

③1回目に接種したワクチンを、2回目、3回目も接種してください(異なるワクチンを接種することの安全上の確認がとれていないため)。

④ガーダシルの接種間隔は、2回目が1回目から2カ月後(サーバリックスは1カ月後)、3回目が1回目から6カ月後です。

④この事業は、平成24年3月31日までのもので、この間に接種する費用を無料とします。上記の期間に合計3回の接種を完了するためには、遅くとも9月30日までに1回目の接種を受けてください。

※子宮頸がんは、女性特有のがんで、日本では年間約8,500人が発症し、その発症は20～30代から急増しています。ほとんどの子宮頸がんは性交渉によるヒトパピローマウイルス(HPV)の感染が原因となっており、がん発症の予防には子宮がん検診の定期的な受診に加えて、子宮頸がん予防ワクチンの接種を行うことが効果的です。

子宮頸がん予防ワクチン「サーバリックス」は、HPVの高リスク型である16型と18型に70%程度の予防効果があります。また、「ガーダシル」にはこれに加えて低リスク型である6型と11型に予防効果があります。2つのワクチンについて詳しくは、下記のサイトから確認してください。

・サーバリックス製造販売会社GSK提供のサイト
<http://allwomen.jp/>

・ガーダシル製造販売会社MSD提供のサイト
<http://www.shikyukeigan-yobo.jp/>

▼問い合わせ…健康係 内線 3174