

とき	ところ
8月1日(木)	弁天苑
8月8日(木)	松寿苑
8月22日(木)	松南苑
9月3日(火)	新町福寿苑
9月4日(水)	つるかめ苑
9月19日(木)	恵寿苑
9月24日(火)	天美荘
9月26日(木)	高見苑

【問】地域保健課

マスクを着用してお越しください。
【時】所 左表参照、午後1時30分～2時30分 **【対】**60歳以上の市民 **【備】**

地域の各老人福祉センターを保健師や看護師などが巡回しながら血圧測定をしたり、健康のワンポイントアドバイスをしています。お気軽にお立ち寄りください。

巡回健康相談



藤井寺保健所からのお知らせ

〈無料〉 HIV・梅毒即日検査(梅毒検査のみはHIV検査と同時にを行う場合は無料)、精神保健福祉相談員・精神科医などによるこの健康相談、医療機関に関する相談
〈有料〉 水質検査、腸内細菌検査、ぎょう虫卵検査

【備】 日時・費用など詳細はホームページをご覧ください。

【問】 ☎072-955-4181 (代表)
 ※市外局番からおかけください。
 藤井寺市藤井寺1-8-36



子宮頸がん予防ワクチン接種費用の助成について

【対】〈定期接種〉松原市に住民票がある小学校6年生から高校1年生相当の女子〈キャッチアップ定期接種〉松原市に住民票がある平成9年4月2日から平成20年4月1日生まれの女子〈キャッチアップ任意接種〉松原市に住民票がある平成7年4月2日から平成9年4月1日生まれの女子※キャッチアップ定期・任意接種は過去に3回接種が完了していない人が対象となります。また、助成期間は令和7年3月末までとなっています。接種完了までに6カ月かかりますので、9月30日(月)までに1回目を接種してください。**【備】** 実施医療機関へお問い合わせの上、「母子健康手帳」及び「マイナンバーカード」など住所がわかるものを持参し、接種してください。詳細は市ホームページをご覧ください。**【問】** 地域保健課



健康 ガイド	サイレントキラー (silent killer : 沈黙の殺人者)	黒岡診療所 (一津屋1丁目) 院長 黒岡 一仁
<p>サイレントキラー病は、病気の初期には症状が現れない(自覚症状がない)まま進行して、気づいたときには死に至るような合併症を引き起こしてしまう病気のことです。高血圧症・脂質異常症・糖尿病などの生活習慣病や肥満症などが該当します。</p> <p>長期にわたる生活習慣の乱れ(偏った食事、運動不足、ストレス、喫煙、過度の飲酒)により発症し症状がなく安易に考え十分な治療もせず、早めにコントロールができないと動脈硬化の進行から脳梗塞や心筋梗塞を発症した場合によれば死に至る病気です。</p>	<p>年齢が40歳以上になれば日頃から自宅での血圧測定や定期的な血液検査を受けて自己管理が必要です。早期に診断をつけ治療することが重要です。</p> <p>また、癌も早期であれば無症状のことが多く、広い意味でのサイレントキラーといえます。早期に発見すれば簡単な治療で確実に治癒しますが、発見が遅れて進行癌になってしまえば大きな手術や抗癌剤治療などが必要になり再発する率も高くなります。</p> <p>定期的に市が行っている癌検診も受診することをお勧めします。</p>	

広告募集中

広報まつばらには、広告を掲載しています。掲載のお問い合わせは、

- 広告代理店 合同会社IM 総合企画 (☎072-275-5449)
- 広告代理店 株式会社ジチタイアド (☎092-716-1401)
- 広告代理店 株式会社宣成社 (☎06-6222-6888)
- 広告代理店 株式会社ウィット (☎072-668-3275) まで。