

肺がん検診を受診していますか？

日本人男性のがん死亡原因のトップは肺がんです！

(がん情報サービス 2014年の集計結果より)

また、和歌山県の男性は全国でも、肺がんによる死亡が多く、御坊市の男性も同じ傾向にあります。

しかし、御坊市の肺がん検診の受診率は低いので、50歳・55歳・60歳・65歳の節目年齢の方を対象に、無料クーポン券に肺がん検診を加えました。

肺がんは症状が出る頃には手遅れになっていることも多く、早期発見がとても重要といえますので、これを機会に毎年欠かさず検診を受診することをお勧めします。

こんな方は特に注意



たばこを吸う

受動喫煙の機会が多い



肺がん検診を受診することができる医療機関

御坊市の受診券を利用すると、500円で肺がん検診を受診することができます。

なお、受診をする際は事前にご予約ください。

医療機関	住 所	電話番号
健診センター・キタデ	御坊市湯川町財部733-1	0738-24-3000
国保日高総合病院	御坊市菌116-2	0738-22-1111
(独)国立病院機構和歌山病院	日高郡美浜町和田1138	0738-22-3256

無料クーポン券の対象です！この機会に受診しましょう



右表対象者の方には、無料クーポン券を送付しています。

有効期限は平成29年3月31日(金)ですので、お早めにご利用ください。

年齢	生年月日
50歳	昭和40年4月2日～昭和41年4月1日
55歳	昭和35年4月2日～昭和36年4月1日
60歳	昭和30年4月2日～昭和31年4月1日
65歳	昭和25年4月2日～昭和26年4月1日

行って得する♪ 運動教室

日 程	8月 3日(水) 9月21日(水) 10月19日(水)
時 間	午前の部 10:00～11:30 午後の部 13:30～15:00
場 所	勤労青少年ホーム
参加費	無料



暑さに負けない
体力づくり

◇講 師

くわばら りみ先生

◇持ち物

運動できる服装、運動シューズ(室内用)、
バスタオル、汗ふき用タオル、
水分補給用の飲み物



蚊にご用心！ 蚊による感染症に注意しましょう

蚊には、コガタアカイエ蚊(媒介する感染症：日本脳炎)やヒトスジシマ蚊(媒介する感染症：ジカ熱・デング熱)など、いろいろな種類があり、蚊によって媒介される感染症があります。

蚊は場所によって11月まで生息し続けます。屋外(公園や草地など、蚊の多そうな場所)では、長袖・長ズボンなどを着用して肌の露出を避け、虫除けスプレーなどを使用しましょう。

かゆいだけ
じゃないんだね

詳しくは、
厚生労働省の
ホームページで！



ジカ熱(またはデング熱) 厚労省

検索

8月31日は野菜の日



野菜は1日350g/
食べましょう

水分補給や、ほてった体のクールダウンには夏野菜が最適です。

食欲が落ち、疲れやすい夏こそ旬の野菜で、暑さに負けない体力づくりを！