

## 特定健診・がん検診の申込み【第3期：今年度最終】のお知らせ

集団健診は最後のチャンスになります。随時申し込みを受付けています。まだ申し込みをされていない方はお早めにお申し込みください。健診内容・料金等は広報ちくじょう7月号をご覧ください。

12月1日(日)	自愛の家	申込み切：9月30日(月) 申し込みハガキまたは役場住民課かチアフル ついきの窓口でお申し込みください
12月2日(月)	築上町中央公民館	
12月4日(水)	チアフルついき	
12月5日(木)	チアフルついき	

\*生活習慣病などで医療機関にかかっている方も特定健診が受けられます。かかりつけの医師に御相談ください。

\*個別健診を希望される場合はチアフルついきに電話でお申し込みください。

## ～先天性風しん症候群の発生を予防するために～ 風しん抗体検査(無料)を実施します

○現在、「風しん」が首都圏や近畿地方を中心に流行しており、本県でも、過去5年間で最も風しんの報告数が多かった平成23年の件数(86件)を上回っています。

○妊娠初期の女性が「風しん」にかかると、生まれてくる赤ちゃんが、目、耳、心臓などに病気を持つ「先天性風しん症候群」になることがあります。

○「風しん」の予防には、ワクチン接種が有効ですが、現在の流行に伴い接種者が急増しており、この夏以降のワクチン不足が懸念されています。

○「風しん」に対して十分な免疫があるかどうかは、抗体検査で確認することができます。このため、県保健福祉(環境)事務所において、「風しん抗体検査」を無料で実施します。

※平成25年第28週(7月14日まで)の報告件数：264件

### 【実施内容】

#### ○実施場所

県保健福祉(環境)事務所  
(分庁舎を含む12か所)

#### ○実施時期

平成25年8月～平成26年3月

※11月以降の検査日程等については、後日、お知らせします。

#### ○検査費用 無料

#### ○対象者

福岡県内(福岡市、北九州市、久留米市及び大牟田市を除く)に住民票がある原則20歳以上の方で

①妊娠を希望する方及び妊娠する可能性の高い方

②妊婦の配偶者(パートナーを含む)[妊婦が、抗体検査で抗体価が低いことが確認されている場合又は抗体検査未実施の場合に限る。]

※抗体価が低いとは、HI法で16倍以下、EIA法で8.0未満

○検査受付方法(各事務所ごと1回あたり30名まで)

電話による予約制

※予約受付時間

平日 午前8時30分から午後5時まで

※予約先電話番号(23)3935

#### ○当日持参するもの

住所及び年齢を証明する書類(運転免許証、健康保険被保険者証、住民票等)

上記対象者の②の方は、上記の他、母子健康手帳又は妊娠届出書

#### ○検査結果について

検査後、1週間～10日後に郵送でお知らせします。

※希望された方には、相談・指導を実施します。

### 風しん無料抗体検査日程(京築保健福祉環境事務所)

9月	3日(火)、10日(火)、17日(火)、24日(火)
	10:00～12:00
10月	1日(火)、8日(火)、15日(火)、22日(火)
	10:00～12:00

問い合わせ 福岡県京築保健福祉環境事務所  
保健衛生課感染症係  
(23)3935

### チャフル健康相談のお知らせ

9月30日(月) 10:00~11:00、保健センターチャフルつきで健康相談を行います。血圧測定、検尿などの健康チェック並びに保健師が健康に関する相談に応じます。利用を希望される方は当日会場にお越し下さい。健康手帳をお持ちの方は、ご持参ください。

### 豊築休日急患センターからのお知らせ

毎月2回、休日急患センターに九州歯科大学の口腔外科医(口腔がん専門医)が来ます。  
9月の来所日: 1日(日)、15日(日)  
お口の中に異常のある方、心配がある方は来所ください。  
問い合わせ 豊築休日急患センター  
0979(82)8820

### 「健康21世紀福岡県大会開催のお知らせ」

日時 10月6日(日) 9:00~17:00

場所 イオンモール直方

#### 内容

- スペシャルトークショー(13時からの予定)  
ゲスト: 小久保裕紀さん  
(元福岡ソフトバンクホークス)
- 健康みらい講座(運動や栄養について)  
専門の先生にメタボやロコモティブシンドロームについてお話いただきます。
- 健康についての相談や体験コーナー  
約15団体が出展します。

### 全国引きこもり家族・支援者代表交流研修会 第8回福岡大会のお知らせ

日時 9月28日(土) 13:00~18:00  
29日(日) 9:30~15:00

会場 あいれび9階大研修室

対象 家族・支援者・行政関係者・当事者・関心のある方

資料代 2,000円(学生・当事者500円)

定員 200名 ※要予約

申込締切 9月21日(土)

#### 申込・問い合わせ

福岡「楠の会」事務局

TEL 090(8222)7403

FAX 092(864)7188

E-mail khj-kyusyutakai@hotmail.co.jp

### こころの健康相談日のお知らせ

こころの悩みや不安など、精神保健福祉士が相談をお受けします。思春期の悩みや、アルコール、薬物に関する相談も受け付けます。あなた自身のことや、ご家族・ご友人など身近な人のことなど、ひとりで悩まず、話してみませんか?

日時: 9月4日(水)・10月2日(水) 13:00~17:00(要予約)

場所: 保健センター チャフルつき

予約・お問い合わせは住民課 健康増進係(保健センターチャフルつき)までお願いします。



### 食生活改善推進会 おすすめの簡単料理紹介

#### 材料(4人分)

ベーコン	20g	たまねぎ	80g
にんじん	60g	トマト	80g
セロリ	20g	スパゲッティ(乾)	12g
サラダ油	小さじ1	水	700ml
スープの素	小さじ1	塩	小さじ1/3
パセリみじん切り	少々		

#### 作り方

- ①ベーコンは1cm幅に切る。玉ねぎ、にんじん、セロリは7mm角に切る。
- ②トマトは種を除いて1cm角に切る。
- ③鍋にサラダ油を熱し、①の具を炒めて、水、スープの素を加える。
- ④煮立ったらアクを取り、②のトマトを入れ、4~5分煮る。3cm長さに折ったスパゲティを加えてさらに煮る。塩を加えて調味し、パセリをちらす。

### ミネストローネ

《西角田校区推進員お勧めレシピ》

