

## 集団検診の日程

健康診査を受ける人は、6月に届いた**青い封筒と保険証**を必ずご持参ください。結核・がん検診を受ける人は、約2週間前に届く**白い封筒**をお持ちください。財田町・山本町・仁尾町・詫間町で受けていない人は、この機会にぜひ受診ください。豊中町は10月の予定です。

### 9月・10月の集団検診日程

受付日時・場所および検診項目						
(特定)健康診査・前立腺がん検診・肝炎ウイルス検診 結核・肺がん検診・胃がん検診・大腸がん検診・生活機能検査			子宮頸がん検診・乳がん検診(視触診)			
月日	場所	受付時間	月日	場所	受付時間	
9月9日(木)	三野町 保健センター	8:30~11:30	9月10日(金)	三野町 保健センター	13:30~14:30 女性特有のがん 検診無料クーポンの有効期限は 11月30日です	
10日(金)			13日(月)			
13日(月)			14日(火)			
14日(火)			高瀬町農村環境 改善センター			
15日(水)				28日(火)		
27日(月)	29日(水)					
28日(火)	高瀬町農村環境 改善センター	胃がん検診 8:30~11:00	30日(木)	10月1日(金)	4日(月)	
29日(水)						
30日(木)						
10月1日(金)						
4日(月)	結核・肺がん検診					
月日	場所	受付時間				
9月10日(金)	三野町 保健センター	13:30~14:30				
27日(月)	麻地区農業構造 改善センター					
30日(木)	高瀬町農村環境 改善センター					
10月1日(金)	二ノ宮地区農業構造 改善センター					

青い封筒  
(健康診査のご案内)

白い封筒  
(がん検診のご案内)



《注意事項》 がん検診の事前申し込みをしていない人で希望する人は、直接会場までお越しください。なお、大腸がんの容器は事前に健康課または支所まで取りに来てください。特定健康診査を医療機関で希望する人は、10月31日までに受診してください。



成人歯科健康診査が  
始まります！

「8020運動」を推進するため、成人歯科健康診査を実施しています。健診を受けて歯周病を予防し、一生自分の歯で食べる楽しみを失わないようにしましょう。

#### 対象

市内に住所を有し、平成23年4月1日現在  
40歳、50歳、60歳、70歳の人

#### 受診医療機関

市内歯科医院

#### 実施期間

9月1日(水)~10月31日(日)

#### 自己負担金

1,000円

ただし、70歳または生活保護法による被保護世帯の人は無料  
(被保護世帯の人は証明書が必要です。受診日までに、健康課または各支所で免除申請の手続きをしてください)

#### 検診内容

むし歯・歯周病の検査・入れ歯の状況など  
(治療については別途費用が必要です)

送付した歯科健康診査受診票と保険証を忘れず持参ください。(免除申請した人は証明書) 対象者には8月中に個人通知しています。

8020運動：80歳で歯を20本残すことで、一生自分の歯で食べる楽しみを失わないための運動です。

問い合わせ 健康課

73-3014

### 子どもの急な病気やけがで困ったら

医療ネット讃岐  
県内の医療機関の機能情報や休日当番医・休日当番薬局の情報が検索できます。



【<http://www.medinfo.ne.jp/kagawa/>】

#### 香川県小児救急電話相談

子どもの急な病気やけがへの対応方法などに看護師や小児科医が電話で相談に応じます。医療機関への受診についても適切なアドバイスをを行います。

#### 電話番号

局番なしの #8000 または  
087(823)1588

#### 相談時間

午後7時~翌朝8時

#### こどもの救急ホームページ

夜間や休日などの診療時間外に病院で受診するかどうか判断の目安を提供しています。

対象年齢 生後1カ月~6歳

【<http://www.kodomo-qq.jp/>】



問い合わせ 子育て支援課

73-3016

## みとよHOT NEWS



### 8/7 全国中学生ソフトテニス大会出場

松山市で開催された四国総合体育大会(ソフトテニス)で5位に入賞し、8月23日~25日の全国中学生ソフトテニス大会に出場しました。(敬称略)  
豊中中学校2年 犬井竜聖 白川翔一

### 7/20 志々島の大楠周辺をボランティア清掃

豊中町『ふくの山歩こう会』の皆さんが、志々島の大楠の周辺をボランティアで清掃しました。今年で5回目。各自草刈り機などを持ち寄り、大楠周辺の雑木や熊笹、雑草などを刈取りました。清掃後は島名物の茶粥の接待を受け、地元の皆さんと交流を深めました。



### 7/26 ガムテープでバッグを作ろう!

高瀬町公民館夏休み講座が開かれ、ガムテープでバッグを作りました。テープの色を変えたり数字や花の形に切り抜いて貼ったりして、一人ひとり個性的なバッグが出来上がりました。世界にひとつだけのバッグを持ってどの顔もうれしそうでした。



## みとよHOT NEWS



### 7/30 韓国の中学生が市長を表敬

ライオンズクラブの青少年交換奉仕事業に参加している韓国の中学生5人が市長を表敬訪問しました。5日間三豊市に滞在し、三野津中学校や高瀬中学校の生徒といっしょに過ごしながら日本の文化活動や生活習慣を体験しました。

三豊のええとこを、のんびり巡るまち歩き。  
秋編は新コースが登場!みとよのいち押しコースを少人数でゆっくり、じっくり巡ってみませんか。  
(全コース定員15人、要予約) 定員になりしだい締め切りますので、お早めにお申し込みください。

○来てみ〜の!古代ロマン回想散歩  
〜日本最大の古代瓦の里 再発見〜

日時 10月24日(日) 午前9時〜正午  
集合 三野町JA吉津支店駐車場  
参加料 1,000円



○一足先にのぞいてみよう、八幡宮 ~完成間近の八幡宮と獅子舞フェスタ~

日時 11月7日(日) 午後1時〜4時  
集合 詫間支所  
参加料 1,500円(軽食付き)

○室町の歴史、浦島伝説とパワースポットを  
めぐる ~荘内半島 岬めぐり~

日時 9月26日(日) } 午前9時30分  
10月10日(日) }  
11月23日(火・祝) } 午後1時30分  
集合 詫間町箱浦小学校  
参加料 1,500円(軽食付き)



スケジュールは、当日の天候や都合により変更する場合があります。歩きやすい靴や服装でご参加ください。

申し込み・問い合わせ 「七福求めてぶら〜りみとよ」事務局(三豊市商工会事務局内)  
72-3123(平日午前9時〜午後5時) <http://www.maidookini.jp/>

みとよHOT  
ほっとNEWS



8/1 詫間ゆめ街道クリーン作戦

詫間ゆめ街道クリーン作戦が行われ、観音寺法人会詫間支部や小中学校のPTA、商工会や詫間建設協会のほか地元市民を含む総勢約500人が参加しました。参加者は5つの班に分かれ、JR詫間駅から西野橋までの約4kmの道端のごみを拾い集めたり、草を抜いたりしました。

7/19 『三豊の龍馬伝』講演会

『三豊の龍馬伝』講演会がマリノウェーブで行われました。第1部は高知県立坂本龍馬記念館館長の森健志郎氏の「大河ドラマ龍馬伝は中盤に・龍馬は生きている!」、第2部は元NHKキャスター松平定知氏の「私の龍馬伝〜その時歴史が動いた〜」と題した講演が行われました。



食べることを  
楽しみましょう

「食べる」ということは、単に栄養をとることだけが目的ではありません。それ以上に大切にしたいのは「食べる楽しみ」です。生活のあらゆる場面の「食べる楽しみ」を大切にすることで、からだや頭を使ったり、人と交流する機会が増えていきます。それが心身の変化を防ぎ、生活の質を向上させることにつながっていくのです。



「食べたいものを考える」「買い物」「つくる」「味わう」「一緒に食べる」「片付け」など『食べる楽しみ』をたくさんつけよう!

【高齢期の特徴】

高齢期になると食事の全体量が減ることから、タンパク質やエネルギーが不足しがちになります。このような状態を低栄養状態と言い、それが続くとからだは衰弱し、介護が必要な状態や病気になりやすくなってしまいます。

地域包括支援センターでは、低栄養状態を予防するために栄養改善教室を実施しています。生活機能検査の結果から、教室の案内があった人はぜひ参加しましょう。



問い合わせ 三豊市地域包括支援センター(介護保険課内) 73-3017

糖尿病予防教室(おとなの健康塾)

血糖値を上げないためには、食事や運動のバランスが大切です。しかし、なかなか一人では続かないものです。健康課では、血糖値が高めの人を対象に糖尿病予防教室(おとなの健康塾)を実施しています。この教室の特徴は次の3つです。

食事についての学習

自分の食事を把握し、何を多く摂り過ぎているのか、どんなバランスで食事をすればいいのかを考える  
血液検査  
HbA1cを理解し生活改善の目安とする  
体験談の共有  
みんながいるから頑張れる!境界域から糖尿病に至るまでの気持ちや、お互いの取り組みについて話したり聞くことで、体験の共有ができる

興味のある人は、事前申し込みのうえ気軽に参加してください。

申し込み期限 9月8日(水)

〔糖尿病予防教室〕

日時	場所	対象
9月28日(火) 13:30~15:00	三野町保健センター	・特定健康診査結果でHbA1c値が5.5以上の人
9月29日(水) 13:30~15:00	豊中町保健センター	・国民健康保険加入者で昭和21年4月1日~昭和45年3月31日生まれの人

申し込み・問い合わせ 健康課 73-3014

みとよHOT  
ほっとNEWS



7/25 まちをきれいにクリーン作戦

和光中学校の生徒と保護者が、町内6カ所に分かれて清掃活動をしました。清掃には「コープかがわ」からの寄付金で作ったボランティア袋を使用し、同組合員も参加してごみを拾ったり雑草を抜いたり約1時間の清掃活動で多くのごみが集まりました。

7/25 宗吉かわらの里展示館無料開放デー

宗吉かわらの里展示館が無料開放され多くの人館者でにぎわいました。また、粘土作品づくりの無料体験コーナーは順番待ちがでるほど盛況で、カップや器など思い思いの作品に仕上げていました。竹を使った昆虫づくりも子どもたちに大人気でした。

