

## 新型インフルエンザの予防

うつさない  
うつらない

昨年大流行した新型インフルエンザは、報告数は少ないものの、現在も全国で発生していて、これからの季節は流行する恐れがあります。

感染の広がりを最小限に抑えるためにも、一人ひとりが「うつらない」努力をするだけで無く、知らずに感染していたときに「うつさない」ことも大切です。

日ごろから予防を心掛けた生活を送りましょう。



### 感染を予防するために

こまめな手洗い、うがいを徹底しましょう。

### 感染を広げないために

- ①「咳エチケット」を守りましょう。
- ②発熱や咳、のどの痛みなどが始まった翌日から7日目までは、出来るだけ外出しないようにしましょう。

### 感染または疑いがあるときは

急な発熱や咳、のどの痛みなどの症状があるときは、必ず事前に受診する医療機関に電話で連絡し、指示に従い受診してください。受診する際は、必ずマスクの着用をお願いします。

### 《相談窓口》

発熱相談センター(健康推進課内)

☎42-9055

相談時間：平日 8時30分～17時15分

インフルエンザの発病や重症化を防止するために行う予防接種は、10月ごろを予定しています。

接種医療機関など、詳しくは「広報おおだて10月号」でお知らせします。



## 市立総合病院での 子宮がん検診(後期)

子宮がん検診(後期)を市立総合病院で実施します。

子宮がんは、早期に発見されると治療成績が良い病気です。健康の確認や早期発見のために、ぜひこの機会に検診を受けましょう。

### 自己負担金

保険に加入しているかた  
無料

### 持ち物

受診券、保険証

### ②後期高齢者の健康診査

対 象 後期高齢者医療制度に加入しているかた

### 自己負担金

無料

### 持ち物

受診券、保険証

受診を希望するかたは、往復はがきでお申し込みください。

### 検診日

11月10日(水)、17日(水)、  
24日(水)、12月1日(水)

### 受付時間

14時～14時30分

※保健ガイドに記載した時間を変更していません。

### 医療機関

市立総合病院

### 定員

1日70人(抽選)

### 対象

年度内に20歳以上になる女性  
(平成3年3月31日以前の生まれ)

### 自己負担金

子宮頸部がん検診 1300円  
卵巣腫瘍検診 400円

### 持ち物

子宮体部がん検診 500円  
金、スカート(またはバスタオル)

### 申込方法

必ず往復はがきでお申し込みください。

往信用はがきには①郵便番号

②住所③氏名④生年月日⑤電話番号⑥検診希望日(第2希望まで)を明記してください。

返信用はがきには①郵便番号

②住所③氏名を記入してください(1人1枚)。

### 申込受付期間

9月6日(月)～17日(金)※必着

### 申込先

〒0171-0897  
大館市字二ノ丸55番地  
健康推進課「子宮がん検診」係

◆申し込みが定員を超えたときは、公開抽選で決定します。

### 抽選日

9月21日(火) 10時

### 抽選場所

保健センター

## エンジョイ!

### 元氣アップ講座

骨の量が減る「骨粗しょう症」はお年寄

りの病気というイメージがありますが、実は若いうちからの栄養状態や生活習慣が大きくかわっています。

この機会に骨粗しょう症を理解して、年齢に応じた予防策を取りましょう。

どなたでも参加出来ますので、動きやすい服装で直接会場にお越しください(運動の実技もあります)。

とき 9月29日(水) 10時～11時30分

ところ 樹海体育館

内容 骨粗しょう症予防で元氣アップ「骨コツ丈夫な健康生活」

持ち物 健康手帳、室内用運動靴、筆記用具

