

催 し 名	月 日	時 間	費用など	内 容 な ど
健 康 相 談	9月9日(火)	13時30分～ 14時30分	無料 (申込不要)	内容＝保健師個別健康相談、血圧測定、検尿 対象＝40歳以上

海田町福祉センターまつり 9月6日(土) 10時～16時

福祉センターの講座生が、日ごろの活動を発表し、交流を深めるまつりです。皆さんの来場をお待ちしています。
※9月5日(金)、6日(土)は「福祉センターまつり」のため、プール、筋力向上トレーニングルーム、貸館などの利用はできません。



内容 【作品展】手芸、絵こころクラブ、書道、アートフラワー、フラワーサークル、和会、折り紙、絵てがみ
 【発表会】カラオケ、民謡、銭太鼓、ハーモニカ、ハイビスカス（フラダンス）、詩吟、童謡、おどりの民謡、はつらつ健康体操、
 ゆったりヨガ、朗読やまびこ、体操&ウォーキング、ふれあい講座
 【バザー】うどん、むすび、コーヒー、お茶など

リンパマッサージ講座 暑さや疲れ・ストレスからくる肌荒れやむくみ…リンパの流れを改善して癒しのひとときを感じてみませんか？

日時◆10月7日、14日、21日、28日（全4回 火曜日） 13時30分～15時	参加費◆1,500円（全4回分） 持参物◆バスタオル1枚
場所◆福祉センター	申し込み◆9月29日(月)～10月6日(月)(土、日曜日を除く)
講師◆古尾 美津江 さん	までに参加費を添えて、福祉センターへ
対象◆おおむね60歳以上の女性	定員◆16人（先着順）
	※着替えを持参するか、動きやすい服装でご参加ください。

『法の日』 週間 司法書士無料法律相談会
 海田町社会福祉協議会
 ☎820-0294 ☎820-0293

**公民館
パソコン
講座** 新たにパソコンを始めてみたい、あるいは、自宅にパソコンはあるものの使い方がイマイチ…といった初心者の人を対象に講座を開設します。文字入力、インターネット、メールの基本的操作を学習します。

H 1 日時◆9月16日(火)～19日(金) 4日間 19時～21時 場所◆海田東公民館 定員◆6人
K 1 日時◆10月7日(火)～10日(金) (※10月7日(火)のみ19時～21時) 4日間 10時～12時
場所◆海田公民館 定員◆8人

受講料◆5,000円 (テキスト代を含む) 申し込み◆電話で会場となる各公民館へ。(先着順)

公民館家庭教育事業 おせっかいおじさん、おばさんがまちを変える

「未来のまちのおせっかいさん」養成講座
 みんなで楽しく語り合いながら、まちの情報誌（子育ておせっかい情報の追録版）を作ります。
 日 時◆①10月8日、②10月15日、③11月12日、④12月10日（いずれも水曜日 10時～12時）
 会 場◆海田東公民館 定 員◆15人
 対 象◆小学生までの子供を持つ親（託児あり）
 申し込み◆電話で海田東公民館へ

【家庭教育講演会】
「地域のおせっかいさん 出番ですよ！」
 日 時◆①まちをあそぶ 10月27日(月) ②地域で家庭支援 来年1月22日(木) いずれも10時～12時
 場 所◆海田公民館
 講 師◆①北島 尚志氏（NPO 法人あそび環境 Museum 代表） ②清國 祐二氏（香川大学教授）

パソコンルームの無料開放

自由にパソコンを操作できるほか、質問や相談にも応じます。自宅にパソコンが無い人や、使い方を忘れてしまった人など、ぜひ利用してください。

海田東公民館＝9月1日(月) 10時～16時
海田公民館＝10月20日(月) 10時～16時

友達同士や親子で遊んで、休日を楽しく過ごしてください。希望者には、卓球、ビーチボールバレー、ファミリーバドミントンなどの用具を貸し出します。

海田公民館＝毎月第1・3日曜日 10時～16時
(9月7日は公民館事業のため開放しません。)
海田東公民館＝毎月第1土曜日 9時～12時

健診はお済みですか？
～集団健診のご案内～

特定健康診査や後期高齢者健康診査、がん検診は、自覚症状がなく進行する生活習慣病や各種のがんを発見するチャンスです。

10月に今年最後の集団健診を実施します。今年の健診をまだ済ませていない人は、この機会に受診して健康づくりに役立てましょう。

託児は両日とも実施します。
希望者は保健センターまで。

集団健診の日程・場所◆10月14日(火)、15日(水) 福祉センター

健診（検診）名		対 象	料 金	セットで受診すると 負担が軽くなります	
特定健康診査		海田町国民健康保険に加入している今年度40歳以上75歳未満の人（要受診券）	1,000円	セット内容	料金
一般健康診査		・18歳以上40歳未満で、他に健診機会のない人 ・40歳以上で生活保護を受給している人	1,000円 無料	特定健康診査 大腸がん検診 ※国保加入者のみ。	1,300円 ↓ 1,000円
後期高齢者健康診査		後期高齢者医療保険に加入している人	無料	女性がんセット検診 （乳がん ＋子宮頸がん）	2,200円 ↓ 2,000円
がん検診	肺がん・結核検診	40歳以上の人	200円	レディース検診 （一般健診 ＋子宮頸がん）	1,700円 ↓ 1,500円
	胃がん検診（ピロリ菌検査無）		1,000円	肺がん・胃がん セット検診 （ピロリ菌検査無）	1,200円 ↓ 1,100円
	胃がん検診（ピロリ菌検査有）		2,200円		
	大腸がん検診		300円		
	前立腺がん検診	50歳以上の男性	500円		
	子宮頸がん検診	20歳以上の女性	700円		
	乳がん検診	40歳以上の女性	1,500円		
	肝炎ウイルス検診	40歳以上で、これまで受けたことのない人	500円		
骨粗しょう症検診		40歳以上の男性・18歳以上の女性	1,000円		

※社会保険被扶養者も集団健診を受診できます。ただし、特定健康診査を受診するには、

※社会保険被扶養者も集団健診を受診できます。ただし、特定健康診査を受診するには、それぞれの社会保険が発行する受診券が必要です。

申し込み◆9月12日(金)までに広報かいた5月号と一緒に配布している「健診のしおり」内の申込書を保健センターまで提出してください

右記の人は 受診料金が 無料です。	前年度町民税 非課税世帯の人	特定健康診査受診券に自己負担金「0円」と表示しています。がん検診などを受診する人は、事前に保健センターで免除証明書の交付を受け（要認印）、当日健診会場へ持参してください。 ※提示がない場合、自己負担金が発生します。※ピロリ菌検査は、減免制度がありません。）
	生活保護世帯の人	当日 健診会場へ被保護者証明書を持参してください。
	無料クーポン券対象の人	当日 無料クーポン券を持参してください。

肺がん検診受けていますか？

がんという病気は決して他人事ではありません。日本では、2人に1人ががんになり、3人に1人ががんで亡くなっています。

肺がんは、喫煙者に多く死亡率の高いがんで、初期にはほとんど症状がなく、症状が出てきた頃には進行していることがほとんどです。肺がん発症の最大のリスクはたばこで、喫煙者の肺がんの発生は非喫煙者の約4倍から10倍といわれています。	2位	肺がん (男性のみの場合は第1位)
---	-----------	-------------------------------------

何も症状がないから大丈夫と思うのではなく、毎年、肺がん検診を受けましょう。

職場で定期的に受ける胸のレントゲンや、かぜをひいた時に撮影するレントゲンは肺がん検診とは異なりますので、海田町が実施する集団健診を利用してください。

海田町の肺がん検診 対 象◆40歳以上の人。加入する保険に関わらず受けられます。
※11月23日(日)のみ30歳代の人也可。
料 金◆200円(町民税非課税世帯の人、生活保護世帯の人は無料です)

上記の集団健診以外にもがん検診を実施しています

☐ 声のかれ など

日 程	会 場	受付時間	受けられるがん検診	申し込み
11月23日(日)	海田西中学校 体育館	10時～14時	肺がん・乳がん	11月13日(木)までに電話で保健センターへ
来年 3月8日(日)	保健センター	10時～ 13時30分	乳がん・子宮頸がん	2月23日(月)までに広報がいた5月号と一緒に配布している「健診のしおり」内の申込書を保健センターへ提出

平成24年度海田町の がん死亡順位（全体）

1位	胃がん
2位	肺がん (男性のみの場合は第1位)
3位	肝がん

**このような症状は
危険サイン**

- ☐ 治りにくいせき
- ☐ 血痰 ☐ 胸痛
- ☐ 息切れ ☐ 発熱
- ☐ 呼吸時のゼーゼー音
- ☐ 声のかれ など