

HIV 検査普及週間 in ひろしま

平成25年の HIV 感染者・エイズ患者報告数（速報値）は1,546件で、近年1,500件程度で推移しており、累計20,000件を超えています。診察時には既にエイズを発症していることも少なくありません。

エイズ治療は、飛躍的に進歩しています。早期の段階で治療することにより、ウイルスの増殖を抑え、免疫力の低下を遅らせることが可能となってきました。

HIV に感染しているかどうか分からない、不安な人は是非抗体検査を受けましょう。

【検査日】 ※匿名 無料

日 時◆6月10日(火)
9時～11時 13時～14時

場 所◆広島県農林庁舎1階 診察室
(広島県西部保健所広島支所)
広島市中区基町10-52

申し込み◆事前に、広島県西部保健所広島支所
保健課保健対策係 (☎082-513-5521) まで

■広島県エイズ日曜検査

日 時◆毎月第2、第4日曜日 13時～16時
場 所◆県立広島病院内（広島市南区宇品神田一丁目5-54）
申し込み◆広島県エイズホットライン ☎082-242-0812
(第1土曜日を除く土曜日、毎週日曜日の9時～16時に予約してください。なお、県立広島病院では、エイズ日曜検査の予約は受け付けておりません。電話番号などお間違えのないよう、ご注意ください。)

検便(大腸がん検診)の窓口受付が始まっています

食生活の欧米化にともない、大腸がんが増えています。

大腸がんは便の中に血が混じることで発見できますが、通常、肉眼では見えず、自覚症状もないので、年に一回は必ず調べましょう。

- ・検便の容器を保健センターでお渡ししています。
- ・便は2回分とりますが、1回目の採取から4日以内に提出してください。
- ・保健センターに提出してください。家族の人が持参されてもよろしいです。

提出日	月～木曜日 午前8時30分から午後5時まで ※祝日を除く。
第1期の受付	7月31日(木)まで
検査料	300円 ※クーポン券対象者は無料。
結果について	提出後、3週間で郵送します。

※第2期は10月～11月、第3期は1月～2月です

6月21日(土)～24日(火) 集団健診を実施します

前立腺がん（血液検査）の他に、胃・肺・大腸・乳・子宮頸がん検診が受けられます。

申し込みは今すぐ保健センターへ

催 し 名	月 日	時 間	費用など	内 容 な ど
健 康 相 談	6月10日(火)	13：30～14：30	無料 (申し込み不要)	内容＝保健師個別健康相談、血圧測定、検尿 対象＝40歳以上
公開医療講座	6月21日(土)	10：30～11：30		内容＝「知って得する高血圧のおはなし」 講師＝マツダ病院 循環器内科部長 医師 三保 成正さん

すぐに役立つ『整理・収納のコツ♡』

- 家族からよく『○○どこ?』と聞かれる。
- スッキリとした部屋でリラックスした生活を送りたい。
- よく探し物をしている。

日時◆6月18日、7月2日、16日、30日
(全4回いずれも水曜日) 13時30分～15時

場所◆福祉センター

講師◆整理収納アドバイザー一級 一級建築士 松川晶子さん

対 象◆おおむね60歳以上の人
定 員◆20人 (先着順)
参加費◆500円 (全4回分)
申し込み◆16日(月)までに参加費を添えて福祉センターへ



松川晶子さん

6月は『食育推進月間』です

海田町では、食育推進計画を策定し、『『食』と人の輝きづくり』を基本理念に掲げ、さまざまな分野の関係者が連携をはかり、町民運動として「食育」の推進に取り組んでいます。

「食」は生きていく上で欠かせない大切なものです。食に関する知識をもち、それを活用し、生涯にわたる健康づくりを実践しましょう！



食育担当者による海田町食育推進ワーキング会議を開き、町で取り組む共通食育テーマを決めています。
今年度のテーマは「エコを見つめます！」です。

食生活改善推進員（ヘルスマイト）さんを募集します

食生活改善推進員（ヘルスマイト）とは、海田町で活躍する食育ボランティアです。親子の食育教室や男性の料理教室などを通して、子どもからお年寄りまでの食育活動を進めています。健康に関心のある人、料理が好きな人、研修を受けてヘルスマイト活動に参加しませんか？

	日 時	会 場	内 容
①	7月30日(水) 9～12時	保健センター	≪開校式≫ ≪講 習≫ 『健康づくりについて～もっと元気になるために～』
②	9月4日(木) 10～15時	海田公民館	≪調理実習≫ 『生涯骨太クッキング』 ≪講 習≫ 『食事から骨粗しょう症予防！』
③	10月22日(水) 10～15時	海田公民館	≪調理実習≫ 『おやこの食育教室』 ≪講 習≫ 『食品衛生と食中毒』
④	11月5日(水) 10～15時	保健センター	～現役ヘルスマイトと一緒に地域住民の方への食育活動の準備をしましょう～
⑤	12月8日(月) 10～15時	福祉センター	≪調理実習≫ 『TUNAGU』 ≪運動実技≫ 『簡単体操で元気アップ教室』 ≪閉校式≫ ～修了証交付～



原則全課程に出席していただき、欠席については別日に補講を行います。
最終回では修了証をお渡しします。
申し込み◆7月17日(木)までに電話で保健センターへ

食中毒が心配な季節です

食中毒予防
の三原則



食中毒菌を「付けない、増やさない、やっつける」

①	食品の購入	・消費期限などの表示をチェック
②	家庭での保存	・買い物から帰ったら、冷蔵物はすぐに冷蔵庫へ。 ・冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は－15℃以下に維持する。
③	下準備	・こまめに手を洗う。 ・肉、魚は、生で食べるものから離す。
④	調理	・加熱は十分に（目安は中心部分の温度が75℃で1分間以上） ・調理を途中で止めたら食品は冷蔵庫へ。
⑤	食事	・食事の前には、必ず手を洗う。 ・長時間、室温に放置しない。
⑥	残った食品	・手洗い後、清潔な器具、容器で保存する。 ・温めなおすときは、十分に加熱する（目安は75℃以上）。

予防
接種

三種混合ワクチンの製造中止について

三種混合ワクチンの製造中止が決まりました。三種混合ワクチンは90カ月（7歳6カ月）の前日までに全部で4回接種する必要があります。4回の接種が完了していない対象の子どもはすみやかに接種してください。
なお、四種混合及び二種混合は引き続き接種できます。

お詫びと訂正

広報かいた5月号折込の【健診のしおり】について「個別がん検診（女性がん検診）」の中で誤りがありました。
お詫びして訂正いたします。

受診できる期間

誤「平成26年6月2日～平成27年1月31日」
正「平成26年6月2日～平成27年2月28日」