健康だより

㊢健康推進課（平田町・福祉保健センター１階）
☎24-0816　FAX24-5870

医療機関でのがん検診

平成23年度から子宮頸がん検診の受け方が変更になっています

ー乳がんー

対象　市内に住民登録のある**40歳**以上の女性（乳がん検診は2年に１回の受診です。平成22年４月１日以降に彦根市の集団検診を含めて、乳がん検診を受けた人は今年度は受診できません）

実施期限　平成24年３月30日㈮

受付期限　平成24年３月９日㈮

検診料／検診項目

検診当日40～49歳：2,000円／問診、マンモグラフィ（2方向）、視診、触診

検診当日50歳以上：1,500円／問診、マンモグラフィ（1方向）、視診、触診

受診方法　検診料を持って、㊢健康推進課、㊢市民課、支所、各出張所の窓口で事前に申し込みをしてください。

申し込み時に発行する受診券を持って、医療機関で受診してください。

実施医療機関	検診日時
彦根市立病院（八坂町） ☎22-6058	月～金曜日 8：30
友仁山崎病院（竹ケ鼻町） ☎23-1800	水曜日 14：00
豊郷病院（犬上郡豊郷町） ☎35-3001	火・木・金曜日 9：00

※事前に予約が必要です。

ー子宮頸がんー

対象　市内に住民登録のある**20歳**以上の女性（子宮頸がん検診は2年に１回の受診です。平成22年４月１日以降に彦根市の集団検診を含めて、子宮頸がん検診を受けた人は今年度は受診できません）

実施期限　平成24年３月31日㈯

検診料　1,600円

受診方法　平成23年度から子宮頸がん検診は県内の産婦人科医療機関で受診できるようになりました。受診する人は、検診料を持って、直接医療機関で受診してください。なお、予約が必要な医療機関もあります。詳細は各医療機関にお問い合わせください。

集団でのがん検診

今年最終のご案内です。早期発見・早期治療のために、がん検診を受けましょう。

☆事前に㊢健康推進課に電話またはファクスで申し込んでください。

☆予約制、先着順に受け付け、定員になりしだい締め切ります。（ファクスでの申込は、希望日時に受付できない場合のみ連絡します）

☆彦根市が実施する子宮頸がん・乳がん検診の受診回数は、2年に１回です。

検診料

子宮頸がん検診 ……	900円
乳がん検診（2方向）……	1,400円
乳がん検診（1方向）……	1,000円
胃がん検診 ……	900円
大腸がん検診 ……	500円

定員　各検診とも50人

場所　福祉保健センター

対象…全てのがん検診は彦根市に住民登録のある人が対象です。

子宮頸がん検診　検診当日20歳以上の女性

乳がん検診（２方向）　検診当日40～49歳の女性

乳がん検診（１方向）　検診当日50歳以上の女性

胃がん・大腸がん検診　検診当日40歳以上の人

検診当日受付時間

胃・大腸がん 検診	
胃・大腸B	9：35～ 9：55
胃・大腸C	10：10～10：35
胃・大腸D	10：45～11：05
大腸のみ	11：00～11：30

子宮頸がん・乳がん・大腸がん検診	
午前	9：00～10：00
午後	13：30～14：30

※◎の検診受付時間は、9：00～10：00

検診日時		胃	大腸	子宮	乳	受付開始日
11月14日㈪	午前	○	○			受付中
11月22日㈫	午前	◎	◎	◎	◎	受付中
11月22日㈫	午後		○	○	○	受付中
11月25日㈮	午前	◎	◎	◎	◎	11月1日㈫
11月26日㈯	午前		○	○	○	11月1日㈫
12月 5日㈪	午後		○	○	○	11月1日㈫
12月 9日㈮	午前		○	○	○	11月1日㈫

※◎は女性のみの合同検診日です。できるだけ３つ以上のセット検診で受けてください。
○はそれぞれの検診だけでも受けられます。

使用されましたか？ 子宮頸がん・乳がん・大腸がん検診の無料クーポン券

この機会に無料クーポン券を使って受診しましょう

対象者　子宮頸がん検診　4月1日現在、20、25、30、35、40歳の女性。
乳がん検診　4月1日現在、40、45、50、55、60歳の女性。
大腸がん検診　4月1日現在、40、45、50、55、60歳の人。

※対象者には、無料クーポン券を郵送しています。無料クーポン券の利用期間、使い方などは同封している案内文をご覧ください。

健康だより

彦根歯科医師会からのお知らせ　知ってますか？　歯周病と糖尿病の密接な関係

最近、歯周病と糖尿病の密接な関係が注目を集めています。糖尿病の人は歯周病にかかりやすく、また、歯周病は血糖値のコントロールに悪影響を与えることが明らかになっています。

歯周病と糖尿病は、お互いに深く関連して進行する病気です。そのため、歯科医師と糖尿病の治療をしている医師との連携が重要です。かかりつけ歯科を持ち、「検査で血糖値が高いといわれた」「糖尿病の治療中である」ということがあれば、必ず歯科医師に伝えてください。歯周病で治療中の人は、糖尿病の治療をしている医師に伝えておきましょう。下表にそれぞれの病気で治療中の人が注意する点を紹介します。該当する人は、かかりつけの医師または歯科医師に相談しましょう。

問い合わせ先　㊢健康推進課

歯周病

初期では自覚症状がほとんどないので気付きにくく、進行すると、歯肉(歯茎)が腫れたり、出血したり、最終的には歯が抜けてしまう病気です。中高年では9割の人が歯肉炎、歯周病をもち、国民病と言えます。さらに歯周病は、糖尿病、狭心症、心筋梗塞（こうそく）、低出生体重児出産・早産、肺炎、骨粗しょう症、メタボリックシンドロームなどの病気と関係があることが分かっています。

糖尿病

初期には自覚症状が少なく、気付きにくいのが特徴です。進行すると、網膜症、腎症、末梢神経障害、心筋梗塞、脳梗塞、歯周病などの合併症が現れます。国内での患者数がこの40年間で約3万人から約700万人にまで増加している病気です。

歯周病治療中の人は

定期管理・自己管理に加えて、糖尿病の検査をお勧めします。1つでも☑のある場合は、糖尿病に注意が必要です。

- □ この頃太ってきた
- □ よく食べているのに痩せてきた
- □ とても喉が渇く
- □ 尿の回数、量が増えた
- □ 尿のにおいが気になる
- □ だるくて疲れやすい
- □ 肌がかゆい、かさつく感じがする
- □ 家族・親類に糖尿病の人がいる

糖尿病治療中の人は

血糖値のコントロールに加えて、歯周病の予防と管理に注意が必要です。1つでも☑のある場合は、歯周病に注意が必要です。

- □ 歯が浮いたような感じがする
- □ 歯肉に赤く腫れた部分がある
- □ 歯磨きの後、出血することがある
- □ 歯肉から膿が出る
- □ 口臭が気になる
- □ 歯の間に食べ物がつまりやすい
- □ 歯肉がやせて下がってきた
- □ 少しグラつく歯がある

歯周病の予防と管理のポイント

歯ブラシに加え、デンタルフロス（糸ようじ）、歯間ブラシを使い、毎日丁寧な口腔（こうくう）ケアを実行しましょう。また、かかりつけ歯科医院で定期検診を受けましょう。

糖尿病と歯周病の共通の予防対策（毎日の生活習慣として）

- ▶甘い菓子類は控えめに
- ▶ジュース、スポーツドリンク類は控えめに
- ▶野菜を多く脂肪分は少なく
- ▶食べ過ぎに注意
- ▶食事は3回規則的に
- ▶食事はゆっくりよくかんで
- ▶アルコールは控えめに
- ▶タバコをやめる
- ▶よく体を動かす
- ▶ストレスを発散する

彦根城天守ブルーライトアップ

彦根城が青く輝きます
–11月14日㈪ 日没から午後10時まで–

11月14日は国連が「世界糖尿病デー」に指定した日です。糖尿病について啓発することを目的に、世界各地の名所が青くライトアップされます。彦根市でも彦根城の天守を青くライトアップします。

問い合わせ先　市立病院 病院総務課
☎22-6050、FAX26-0754