



前田たけ子さんへ敬老金の贈呈



6月10日（火）、前田たけ子さん（朝日丘）が100歳の誕生日を迎えられ、木下副町長から長寿を祝福し、敬老金が贈呈されました。また、社会福祉協議会からも記念品が贈られ、長寿をお祝いしました。

前田さんは「100歳まで生きられてありがたいです。支えてくれた人たちに感謝します。健康の秘訣は、たくさん働いて、色々な人とお話して、何でも前向きに考えること。」と話してくれました。



がん個別検診のお知らせ

現在、がんは全死因の約30%を占め、約2人に1人ががんになると言われています。がんは、早期に発見し適切な治療を行うことにより死亡のリスクを減らすことができるため、適切な受診間隔で検診を受けることが大切です。様似町では検診費用の約7割を助成しております。ご自身の健康のために定期的に検診を受けましょう。

検診内容		対 象	料 金（実際の検診料金）
胃	胃バリウム・内視鏡検査	40歳以上	1,700円（7,000円程度）
肺	胸部レントゲン	40歳以上	700円（2,500円程度）
大腸	便潜血検査	40歳以上	800円（2,500円程度） 今年度41・51・61歳になるかたは無料
子宮	子宮頸部細胞診	20歳以上の女性	1,800円（6,500円程度） 今年度21・31・41歳になるかたは無料
乳房	マンモグラフィ検査	40歳以上の女性	40～49歳：1,900円（6,500円程度） 今年度41歳になるかたは無料 50歳以上：1,600円（6,000円程度）

70歳以上、生活保護世帯のかたは全て500円となります。

※胃内視鏡検査は日高德洲会病院でのみ受診可能です。

■委託医療機関 下記以外の医療機関で受診したい場合は保健福祉課へお問い合わせください。

	胃がん検診	肺がん検診	大腸がん検診	子宮頸がん検診	HPV検査	乳がん検診
浦河日赤			○	○	○	○
札幌がん検診センター	○	○	○	○	○	○
日高德洲会	○	○	○			○
勤医協浦河診療所		○	○			

■受診方法

①保健福祉センターに希望する検診機関、検診の種類を電話でお伝えください。受診券が必要な場合は郵送いたします。

②受診したい医療機関に予約の電話を入れてください。
※がん検診無料クーポン券をお持ちのかたは、受診時に持参してください。

浦河赤十字病院	浦河町東町ちのみ 1丁目2-1	0146-22-5111
札幌がん検診センター	札幌市東区 北26条東14丁目1-15	011-748-5522
日高德洲会病院	新ひだか町 静内こうせい町1-10-27	0146-42-0701
勤医協浦河診療所	浦河町築地2丁目1-2	0146-22-2501

●問い合わせ／様似町保健福祉課保健推進係（TEL 36-5511）

7～8月

きらく事業カレンダー

事業名	月日・曜日	時 間	場 所
アポイ山荘 健康相談	7月 7日（月）	11:00～11:45	アポイ山荘
通いの場		13:30～15:00	保健福祉センター
通いの場	7月14日（月）	13:30～15:00	センター
通いの場 お悩み相談会	7月16日（水）	15:00～16:00	緑町生活館
障がい者相談支援事業「ういず」巡回相談	7月22日（火）	13:30～15:30	保健福祉センター
むし歯予防教室	7月24日（木）	14:00～16:00	
通いの場	7月28日（月）	13:30～15:00	
アポイ山荘 健康相談	8月 4日（月）	11:00～11:45	アポイ山荘
通いの場		13:30～15:00	保健福祉センター

保健福祉センター

きらく

●このページに関するお問い合わせは保健福祉課へ（TEL 36-5511）

【様似町民限定！】



まずはLINEの友だち追加を！

食中毒を知って、しっかり予防対策！

食中毒菌は肉眼ではわかりません。また、食品中に菌が増えても、においや味、色なども変わらないことが多いです。様似町は海に面した地域であるため、魚介類を食べる習慣が多いことから、夏場は特に食中毒予防に注意が必要です。食中毒のことを知って、しっかり予防しましょう。

病原物質	主な感染源	主な症状	予防方法
腸炎ビブリオ	魚介類	腹痛、水様下痢、発熱、嘔吐	・真水（流水）でよく洗う。 ・10℃以下の低温で保存する。 ・食材中心部まで十分加熱する。
ウェルシュ菌	カレーライス、シチューなど（大量煮込み料理）	下痢、腹痛	・前日調理は避けて、なるべく早く食べる。 ・やむをえず保管する場合は、小分けして急激に冷却する。（10℃以下に冷却する。）
黄色ブドウ球菌	手指のケガ（化膿）がある状態で調理を行った料理	吐き気、嘔吐、腹痛、下痢	・手指に切り傷、化膿がある人は、食品に直接触れない。 ・食品は10℃以下で保存する。 ・手指の洗浄・消毒を十分に行う。
サルモネラ菌	鶏肉・卵・ペット	激しい腹痛、下痢、発熱、嘔吐	・食材中心部まで十分加熱する。（中心温度75℃以上で1分間） ・食肉などを取り扱った後は必ず手を洗う。 ・卵を割ったらすぐに使用する。
アニサキス（寄生虫）	生鮮魚介類（サバ・サンマ・イカ・カツオ）	激しい腹痛	・冷凍する。（-20℃で24時間以上） ・加熱する。（70℃以上、または60℃以上なら1分間） ・新鮮な魚を選び、速やかに内臓を取り除く。 ・生で食べる場合は目視で確認し、除去する。

◆食中毒予防の3原則◆

①つけない

- ・手洗い
- ・調理器具の洗浄・殺菌



②ふやさない

- ・適切な温度管理
※冷蔵庫内は7割程度が目安



③やっつける

- ・加熱処理
※ノロウイルスは85℃～90℃で90秒以上加熱

