

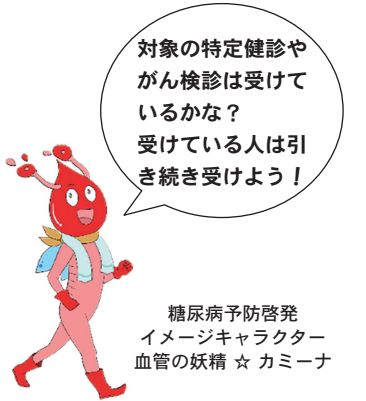
# 血管の妖精と話を。～第3回～

【問い合わせ先】  
健康推進課 健康づくり班 ☎52-9282

## あなたの体、大丈夫？

自分の体のことを知るために、対象の年齢になったら特定健診やがん検診を受けましょう。また、自分が受けているかどうかチェックしてみましょう。

- 特定健診：40歳～
- 胃がん検診：40歳～（バリウム検査）  
50歳～（バリウム検査または胃内視鏡検査）
- 大腸がん検診：40歳～
- 乳がん検診(女性)：40歳～
- 子宮頸がん検診(女性)：20歳～
- 胸部レントゲン検診：40歳～



## 健診などを受けた人は、結果をしっかりと確認してワンランクアップしよう！

### がん検診を受けたあとに精密検査の案内がきた

以前がん検診精密検査の手紙がきて、病院で検査をしたけど異常がなかったから、今回は精密検査までしなくてもいいかな…



がん検診を受けたことはとても良いことなのに、病院で精密検査をしないのはもったいない！病気を早く見つけるチャンスだから、以前は大丈夫だったとしても、ぜひ病院で精密検査を受けてね！

### 特定健診の結果があまり良くなかった…

特定健診の血液検査の結果で、数値が高いものがあつたけど、自覚症状もないから大丈夫でしょう♪



特定健診を受けているのはとてもいいことだね！でも、体のちょっとしたサインが数値として出始めるから、この機会に生活習慣を見直してみよう！特定保健指導の案内がきたら、ぜひ参加してみよう！



検診をもっとたくさんの人に受けてほしい！働き盛りの年代になると、忙しくて自分の体はそっちのけになるかもしれないけど、若い頃から検診を受ける習慣をつけてほしいな！自分の体の情報を持つことはとても大切！特定健診・がん検診を受けて、自分の体調は自分で確認しよう！



### 《香美市の現状(令和4年度)》

(出典) 法定報告、地域保健・健康増進事業報告

- ◎ 特定健診受診率 41.4%
- ◎ 特定保健指導利用率 22.7%
- ◎ がん検診受診率  
(各がん検診対象者のうち、市が実施するがん検診を受けた方の割合)  
胸部レントゲン検診 11.3% / 胃がん検診 7.0%  
大腸がん検診 10.8% / 子宮頸がん検診 12.2%  
乳がん検診 15.2%

- ★ がん検診の希望調査は毎年2月に実施しています。対象の方には調査票が届きますので、3月4日までに返信をお願いします。ご不明な点は、健康推進課(☎52-9282)にお問い合わせください。
- ★ 特定健診の対象者(40～74歳の香美市健康保険加入者)への希望調査は5月下旬を予定しています。ご不明な点は、市民保険課(☎53-3115)にお問い合わせください。



## 募集・催し

### 令和6年度河川愛護モニター(物部川)募集

国土交通省高知河川国道事務所では、物部川を管理するうえで欠かせない地域の方々との連携を深めるため、令和6年度河川愛護モニター(物部川)を募集します。

【活動内容】物部川(指定の区間)を機会あることに見て、河川の状態について気がついたことを連絡してください。また、河川愛護モニター連絡会議に出席をお願いします。

- 【モニター期間】4月1日～令和7年3月31日
- 【謝金】月額2800円
- 【応募資格】①川に接する機会が多く、

- ② 河川愛護に関心がある方
- ③ 物部川近隣にお住まいの方
- ④ 満20歳以上の方
- 【応募方法】メール、郵送またはFAX。
- ※応募要綱は、ホームページ(<http://www.skrnlt.go.jp/kochi/>)からのダウンロードか、電話またはFAXで連絡いただければ郵送します。
- 【締め切り】2月29日(木)
- 【問い合わせ・申込先】
- ① 高知河川国道事務所  
〒780-1802  
高知市六泉寺町96-17  
☎088-833-6904  
FAX 088-831-8570
- ② skr-kouchi52@nlt.go.jp  
〒783-1009  
南国市立田古番所1347-1  
☎088-863-2720  
FAX 088-863-2728

### のいち動物公園 ボランティアアークス募集

のいち動物公園では、皆さんに自然や動物に親しんでいただくために様々な活動を行っています。その活動への協力や園内の情報、

### 第4回定時市営住宅入居者募集

【公営住宅 ※入居者数要件なし】

- ・北村団地(物部) 1戸(3LDK) 2階部

【応募資格】

- ・同居しようとする親族がある方(単身入居要件あり)
- ・市税等の滞納のない方
- ・持ち家のない方
- ※その他にも資格要件がありますので、お問い合わせください。詳しくは香美市ホームページでも確認できます。

【受付期間】

2月13日(火)～16日(金)

※申込後、入居者選考委員会等を経て、応募者多数の場合は公開抽選で入居者を決定します。

【家賃】

入居者数・所得等により決定

### 随時募集について

過去の定時募集で入居者が決まらなかった住宅は、受付順で随時募集を行っています。

【問い合わせ先】

- 管財課市営住宅管理班 ☎53-3113
- 香北支所市民生活班 ☎52-9285
- 物部支所市民生活班 ☎52-9288

上活動できる方

【募集期間】

2月1日(木)～2月25日(日)

◆説明会&研修

・説明会 3月3日(日)

・研修 3月10日(日)

13時～14時

10時～13時

※現ボランティアアークスによる研修です。

【活動開始日】

4月7日(日)

※この日はボランティアアークス認定証授与式および総会があります。

【問い合わせ先】高知県立

のいち動物公園 総務企画課  
ボランティアアークス係  
☎56-3509