

エキノコックス症に気をつけて

エキノコックス症とは

エキノコックス症は「エキノコックス」という寄生虫が、主に肝臓に寄生することにより起こる病気です。

エキノコックスは通常、自然界ではキツネとネズミに寄生することが多いのですが、エキノコックスの卵が何らかの拍子に人の口に入ってしまった場合、感染することがあります。エキノコックス症の感染率は、他の病気に比べるととても低いです。感染してもすぐには自覚症状はなく、数年から10数年の潜伏期間があります。感染後、肝臓の中で大きなしこりになると、次のような症状が現れます。

- 疲れやすい
- 腹部の不快感、鈍痛
- 発熱
- 黄だん

感染を予防するために

エキノコックス症を予防するために、次のことに気をつけましょう。

- 外から帰ったら必ず手を洗う。
- 野生の果物や山菜などは、よく洗う、または十分に加熱する。
(エキノコックスの卵は低温には強いのですが、熱には弱く、煮沸することで卵を殺すことができます)
- 小川の生水などは飲まない。
- キツネの餌になる残飯や生ごみなどを放置しない。
- 犬の放し飼いを絶対にしない。
- キツネを餌付けしたり、キツネに触れたりすることは、絶対にしない。

5年に1回検診受診を

エキノコックス症を早期発見するためには、5年に1回、検診を受けることが大切です。

エキノコックス症検診は毎年、町の総合健診(春・秋)で実施しています。内容は血液検査で、対象は小学校3年生以上の町民の方です。詳しくは、役場健康推進課までお問い合わせください。

問い合わせ先/役場健康推進課健康推進係 ☎ 4 8 2 - 2 9 3 5 (課直通)

あなたにも助けられる命があります

自殺予防ゲートキーパー養成講座の参加者募集

日時/9月3日(木)
13時30分~15時30分
場所/町公民館2階講堂
受講料/無料

町の健康増進計画「元気でしかが21」の重点課題の一つでもある自殺対策。ゲートキーパー養成講座は、自殺をする人や、自殺を考えるほどつらい人を減らすために2013年度から始まり、今年度で3回目の開催となります。

ゲートキーパーには特別な資格などは必要ありません。周りの人の「いつもと違う」様子に気づき、「どうしたの?」

と声をかけ、相手の気持ちや話を聴き、専門家に相談するようにつなぎ、見守る方のことをいいます。講座では、話の聞き方のちょっとしたコツなどをお伝えします。

講座に参加していただきたいのは、主に地域の皆さんです。自殺を考えたり悩みを抱えたりしている人は、自分からそのことを打ち明けることができない人が多いのです。そのため、地域の皆さんが一声かけることが、とても大きな力となります。プライバシーや個人情報が尊重される現代ですが、地域の見守りや力もとても大切です。ぜひ、多くの皆さんの参加をお待ちしています。

- ▶ 定員/30人程度
- ▶ 申し込み締め切り/8月28日(金)

申し込み・問い合わせ先/役場健康推進課健康推進係 ☎ 4 8 2 - 2 9 3 5 (課直通)



なかむら りょうの ずけ 中村 龍之介 ちゃん



ひらの りんか 平野 鈴華 ちゃん



はら かおん 原 歌音 ちゃん



ふなさか しょうと 船坂 翔斗 ちゃん



さか りょうせい 坂 龍星 ちゃん



さか たいよう 坂 太陽 ちゃん



おりうち ゆい 織内 悠衣 ちゃん



しもやま おん 下谷 音羽 ちゃん



たけなか みはる 竹中 美陽 ちゃん

検診でがんの早期発見を



今月の保健師
池田 碧妃 さん

青空に入道雲の白さがまぶしい季節となりました。今月はがん検診のお知らせです。2月号でもお知らせしましたが、今回は乳・子宮がんを中心に、新規事業も併せてお知らせします。本町は乳・子宮がん検診の受診率が低く、ぜひ1人でも多くの方に受けていただきたいと思っています。今年度は、奇数月(1・3・5・7・9・11)生まれの方が、乳・子宮がん検診をお得に受けることができます。また今年度からは、無料クーポンをお持ちの方以外の方でも奇数月生まれであれば、釧路市内での乳・子宮がん検診受診について助成を受けることができますようになりました。釧路のかりつけ病院受診のついでに、乳・子宮がん検診も受けてみてはいかがでしょう? 助成対象や助成実施病院については、下の表をご覧ください。

今年度、乳がん検診は1974年4月2日~1975年4月1日生まれ、子宮頸(けい)がん検診

は1994年4月2日~1995年4月1日生まれ、大腸がん検診は41・46・51・56・61歳で職場の検診を受ける機会がない方に、無料クーポンを発行しました。今年度40歳になる方には、町で助成している全ての検診が無料になるクーポン券も発行しています。

今年度策定した健康増進計画「元気でしかが21(第二次)」では、子宮がん検診の受診率が低いこと、がん検診精密検査の未受診者がいることが課題となっています。検診を受診しないと、精密検査を受けないとどうなるか? 課題を解決するためには、町の取り組みだけではなく、皆さん一人一人が行動することが大切です。

今月の広報の折り込みチラシで、乳・子宮がん集団検診と秋の総合健診のご案内をしています。症状が出るころには、かなり進行していることもあるのが、がんの怖いところ。がんを予防できる生活習慣を身につけていただくのはもちろん、身体の不調が出る前に、定期的な検診で自分の身体のことを知ってみてはいかがでしょう?

問い合わせ先/役場健康推進課健康推進係 ☎ 4 8 2 - 2 9 3 5 (課直通)まで。

平成27年度 乳・子宮がん検診助成実施病院

医療・検診機関名	乳がん	子宮頸がん
釧路がん検診センター	○	○
釧路市立釧路総合病院	○	○
総合病院釧路赤十字病院	○	○
医療法人孝仁会釧路孝仁会記念病院	○	○
独立行政法人労働者健康福祉機構釧路労災病院	○	○
道東勤労者医療協会釧路協立病院	○	×
医療法人社団足立産科婦人科医院	×	○
くしろレディースクリニック	×	○
標茶町立病院	×	○

※標茶町立病院での受診をご希望の方は、送付書類がありますので、役場健康推進課にお問い合わせください。
※標茶町立病院以外は、直接病院に予約して受診してください。

平成27年度 乳・子宮がん検診助成対象

検診区分	助成対象(受診当日年齢)	自己負担額
子宮がん	20~69歳の奇数月生まれの女性	1,000円
	生活保護を受給している20歳以上で奇数月生まれの女性	無料(※)
乳がん	40~69歳の奇数月生まれの女性	1,000円
	生活保護を受給している40歳以上で奇数月生まれの女性	無料(※)
子宮がん 乳がん 共通	70~74歳の奇数月生まれの女性	500円
	75歳以上の奇数月生まれの女性	無料
	町からクーポンが届いた方 今年度40歳になる方(1975.4.1~1976.3.31生まれ)	

※生活保護を受給している方が無料で検診を受けるには「生活保護受給証明書」が必要です。釧路総合振興局ケースワーカーにお問い合わせください。