住みよいまちづくりのために

前回は、生涯を健康に暮らせるような施設整備、健康文化都市づくりに向けての意識づくりについて考えました。健康文化都市づくりとは住みよいまちづくりです。その重要な条件の一つとして環境がよいことが上げられます。今回はごみなどの生活環境について取り上げたいと思います。

環境を守るために

快適な生活のために欠かせないのが下水処理、し尿処理、ごみ処理。中心市街地は広域下水道が整備されていますが、それ以外の地区は浄化槽の普及を図る必要があります。し尿処理場については現在新施設の建設が進められています。

処理施設の充実と合わせて、ごみを減らす努力も欠かせません。市内の主な事業所では、これまでも紙のリサイクルなどに取り組んできましたが、新たに今年九月から南国市では、これまで不燃ごみとして埋め立てていたビンのリサイクルも実施することになりました。

また、南国市はハウス園芸が盛んで、ビニールハウス用の廃ビニールへの対応にも取り組んでいます。

完成真近の新し尿処理施設

みんなでつくる快適環境

南国市には約四百人の環境委員がおり、環境を守るために活動しています。また、毎年市民による市内の一斉清掃、国分川、舟入川、新川川の一斉清掃、海岸の一斉清掃が大勢の市民の参加で行われています。このような活動は、ごみを不法投棄する心ない人がいる一方で、環境保全に大きな力となっています。

散乱ごみに対する取り組みの一方で、さまざまな市民グループも積極的な活動を展開しています。「国分川をきれいにする会」は、河岸の清掃に加え、子供たちにも川を大事にする気持ちを持ってもらおうと、小学校で育てたコイを放流したり、岸辺に花を植えるなどの活動をしています。「みんなでホタルを守りましょう会」は、もう一度ホタルの飛び交う南国市を取り戻そうと、幼虫のえさの放流やホタルを見る会などを催しています。

小学生による国分川への鯉の放流

たくさんの市民が参加した海岸一斉清掃

食中毒を予防しよう

8/7～8/13は食品衛生週間

とくに日本の蒸し暑い夏はまさにこの条件にピッタリなのです。しかし最近では暖房のため冬でも食中毒が起こるようにもなり一年中注意が必要です。

ピークは8月

細菌性食中毒のほとんどは夏に起きています。これは食中毒を起こす細菌にとって最も増えやすい条件となるからです。

次のことに注意しましょう

- 調理前・食事前には手を洗いましょう
- 調理器具・食器は清潔に
- 調理後は早く食べる
- 食品は内部まで火を通す
- 冷蔵庫の保存は5℃以下に
- 冷蔵庫のつめ込み過ぎはやめましょう

ツベルクリン接種（検査）・BCG接種のお知らせ

結核を防ぎ、だの日程でツベルクリン接種（検査）・BCG接種を行います。

◪対象　生後3か月以上、4歳未満で、BCGを一度も接種していない人。

なお、予診票に記載している有効期限が過ぎた場合は、接種を受けることができませんのでご注意ください。

▼ツベルクリン接種（検査）・BCG接種時の注意

①母子手帳を必ずご持参ください。また、ツベルクリン接種・BCG接種の予診票も、忘れずにご持参ください。

②接種を受けるときは、身体や肌着を清潔にし、BCG接種のときは肩まで脱げる衣服を着せてください。

③ツベルクリン接種の48時間後に判定を行い、その結果が陰性の人にBCGを接種します。ツベルクリン接種後の判定は、必ず受けてください。

◪とき・ところ

▶ツベルクリン接種

実施日	時間	場所	対象地区
9月11日(月)	午後2:30~3:00	岡豊公民館	岡豊、白木谷
	午後2:00~2:20	久礼田体育館	久礼田、瓶岩、黒滝、奈路
9月12日(火)	午後2:00~2:40	十市支所	十市、緑ヶ丘
9月19日(火)	午後1:30~2:10	保健福祉センター	日章、岩村、前浜、三和、国府
9月26日(火)	午後1:30~2:10	保健福祉センター	大篠
9月27日(水)	午後1:30~2:10	保健福祉センター	長岡、駅前町、後免、野田、稲生

▶ツベルクリン判定、BCG接種

実施日	時間	場所	対象地区
9月13日(水)	午後2:30~3:20	岡豊公民館	岡豊、白木谷
	午後2:00~2:30	久礼田体育館	久礼田、瓶岩、黒滝、奈路
9月14日(木)	午後2:00~3:00	十市支所	十市、緑ヶ丘
9月21日(水)	午後1:30~2:30	保健福祉センター	日章、岩村、前浜、三和、国府
9月28日(水)	午後1:30~2:30	保健福祉センター	大篠
9月29日(金)	午後1:30~2:30	保健福祉センター	長岡、駅前町、後免、野田、稲生

※お問い合わせは保健福祉センター（☎(63)7373）まで

あなたのからだ大丈夫？

～病院で基本健康診査を～

このような子供たちを巻き込んだ市民グループの活動は、次代に向けての環境に対する意識づくりにつながります。

南国市は国分川や舟入川から分水された農業用の水路が張り巡らされ、市民の身近にせせらぎのあるまちです。砂浜、豊かな水と緑、ごみのないまち、南国市の特色を生かしながら健康文化都市にふさわしいまちづくりを進めていきたいと考えています。

南国市では、公民館などで行う集団健診と同じ検査を、市内の病院や診療所などの医療機関で行う基本健康診査（成人病健診）の施設健診を実施しています。

今年も次の通り実施しますので、今年まだ受診されていない方は、この機会にぜひ受診してください。

なお、九月と十月に集団健診を実施する予定になっている地区は、どちらを受診してもかまいません。

ただし、肺がん、結核予防レントゲン検診は施設（病院）健診では実施していませんので、地区での集団健診を受診してください。

◪とき　10月4日(火)～6日(金)、11日(水)～13日(金)、17日(火)～20日(金)、24日(火)、25日(水)の12日間

◪ところ　左表の通り

◪対象　40歳以上の方で、まだ集団健診を受けていない方（現在病院などで治療を受けている方や職場などで受診機会がある方はご遠慮ください）

◪検査項目　身体測定、血圧測定、尿検査（蛋白・糖・潜血）、血液検査（コレステロール・肝機能・貧血など）、診察、心電図、その他（医師の指示があった方は農村健康管理センターで眼底検査）

◪料金

・40歳～69歳の方……700円

・70歳以上の方と非課税世帯、生活保護世帯、身体障害者などの方……無料

◪申し込み　8月31日(水)までに保健福祉センター（☎(63)7373）まで申し込んでください

※お問い合わせは保健福祉センターまで

医療機関	電話番号
市原内科小児科（大埇）	(63)3915
稲生診療所（稲生）	(65)3311
岡豊病院（岡豊町）	(66)2345
尾木内科医院（篠原）	(63)2787
川田内科（後免町）	(64)2501
川村胃腸病院（立田）	(63)3030
川本胃腸科内科（駅前町）	(64)2543
北村病院（東崎）	(64)2101
小松診療所（稲生）	(65)8334
泰泉寺内科（大埇）	(63)3928
高田内科（大埇）	(63)3925
谷医院（宁山）	(65)8335
鍋島医院（国分）	(62)0030
南国病院（大埇）	(64)3137
南国中央病院（後免町）	(64)0001
西田順天堂内科（大埇）	(63)1881
農協総合病院（大埇）	(63)2181
東川整形外科（大埇）	(63)3261
藤原病院（大埇）	(63)1212
宮田整形外科（篠原）	(63)5885
山本薗園器内科（駅前町）	(64)2575
吉川診療所（植野）	(62)0100

健康の原点は食生活！

～ヘルシー・クッキング教室のお知らせ～

賢く、おいしい食生活をしていますか――　食事は健康の基本です。食生活改善推進協議会では、大好評のヘルシー・クッキング教室を次の通り行います。あなたもヘルシー・クッキング教室に参加して、ヘルシーライフをおくりませんか。

参加希望の方は、保健福祉センター（☎(63)7373）までお申し込みください。なお、定員は50人ですのでお早目に。親子での参加も歓迎します。

◪とき　8月24日(木)　午前10時～午後1時

◪ところ　保健福祉センター

◪内容　枝豆のコロコロカレー・牛乳かんのフルーツソース・サラダ