



## 検診

## 胃がん検診

## ■とき・ところ

- ▶ 5月9日(月) J A長岡出荷場
- ▶ 5月17日(火) 中央福祉館
- ▶ 5月25日(水) 久礼田体育館
- ▶ 5月26日(木) 岡豊ふれあい館

■受付時間／8：30、9：30

■対象／40歳以上の市民 ■検診料／900円

## 子宮頸がん検診

## ■とき・ところ

- ▶ 5月17日(火)
  - 9：20、9：50／中央福祉館
  - 12：50、13：20／J A長岡出荷場
- ▶ 5月25日(水)
  - 9：20、9：50／久礼田体育館
  - 12：50、13：20／岡豊ふれあい館

■対象／20歳以上の女性 ■検診料／600円

## 乳がん検診

(マンモグラフィ乳房エックス線撮影)

## ■とき・ところ

- ▶ 5月13日(金)
  - 8：45、9：45／J A長岡出荷場
  - 13：15、14：15／中央福祉館
- ▶ 5月20日(金)
  - 8：45、9：45／久礼田体育館
  - 13：15、14：15／岡豊ふれあい館

■対象／40歳以上の女性

\*今年度より偶数・奇数年齢を問いません。

■検診料／1,000円

\*2年に1回の検診間隔のため、平成18年度は乳がん検診を実施しませんので、平成17年度中に受診してください。

ペースメーカー着用の方は撮影技師と相談になります。妊娠中、授乳中、豊胸手術を行っている方はご遠慮ください。

※胃・子宮頸・乳がん検診（マンモグラフィ）を希望される方は、2週間前までに電話でお申し込みください。

※胃がん検診では、バリウムが誤って気管に入ることがあります。むせやすい方や高齢の方は特にご注意ください。

※70歳以上、生活保護世帯・非課税世帯の方、障害者手帳（身体・精神）・療育手帳をお持ちの

方、記念総合健診対象の方は無料です。検診申込時または受付時に申し出てください。

※白木谷地区の方には、岡豊ふれあい館での検診に送迎バスがあります。ご希望の方は検診申込の際に併せてお申し込みください。

※瓶岩地区の方には、久礼田体育館での検診（胃がん検診を除く）に送迎バスがあります。ご希望の方は検診申込の際に併せてお申し込みください。

高知大医学部  
医療情報

## ②「呼吸器疾患（肺癌・気管支喘息）」

高知大学医学部附属病院  
第三内科 小林 誠さん

肺癌は喫煙と密接に関係した生活習慣病と位置付けられます。主に40才以降の中高年に認められる病気ですが、人口の高齢化に伴い70歳以上の高齢者に急増しています。肺癌はレントゲンの中枢型と末梢型の2種類に分類されます。中枢型肺癌では頑固な咳、痰（1カ月以上続く）、血痰をきたすなど症状があり、その段階で胸部レントゲンやCTを撮り、必要なら喀痰の細胞診（癌細胞の有無を見る）や気管支鏡検査を行う必要があります。

末梢型では症状のないことが多く、検診時のレントゲン検査で見つかります。最近ではCT検査の普及で1cm未満の小型の陰影が見つかりますが、経過観察か確定診断の為の外科的な胸腔鏡検査が行われます。2cm前後の大きさの場合は気管支鏡検査か外からの経皮的針生検（CTガイド下生検と言います）が検査として行われます。さらに大きさが大きくなると肋骨などの胸壁に達して胸の痛みが出てきたり、胸に水が貯まって増えてくると息苦しさを感ずるようになります。こうなると肺癌はかなり進行していることが普通です。発見時手術可能な肺癌は限られて

いますので、早めの受診が必要です。特に検診で異常を指摘された場合気管支鏡検査などのできる総合病院への受診が望まれます。

気管支喘息はアレルギーによる病気です。幼児から高齢者まで患者層は幅広いのが特徴です。症状としては季節の変わり目に発作的な咳、呼吸困難が生じ、特に呼吸困難は座った時に軽減するのが特徴です。若年者ではハウスダストなどの原因がはっきりしたアトピー型（喘息）が多く、中高年以降では原因のはっきりしない非アトピー型が主です。治療に関しては、喘息は気管支の病気のため吸入療法が主体となります。気管支の炎症を治める吸入ステロイド薬の定期吸入（吸入では殆ど副作用はない）と発作の起こった際の緊急的な気管支拡張薬（ $\beta$ 刺激薬）の臨時吸入が基本です。これに適宜テオフィリン薬やロイコトリエン受容体拮抗薬の内服薬が追加されます。喘息死のような非常事態を防ぎ、発作のための夜間不眠や体を動かす時の呼吸困難を取り除いて快適な日常生活を送る為にも定期的な通院治療が望まれます。

## ★健康相談・育児相談・健診など

内 容	対 象	日	曜	受付時間	と ころ
健康相談	黒 滝	4/25	月	10:00～11:00	黒 滝 公 民 館
	久礼田	5/2	月	11:30～13:00	久 礼 田 体 育 館
育児相談 (集いの広場)	全地区	4/11	月	10:00～11:00	十 市 支 所 (多世代交流プラザ)
4カ月児健診	全地区	4/18	月	13:00～14:00	保健福祉センター
10カ月児健診		4/21	木		
1歳6カ月児健診		4/7	木		
3歳4カ月児健診		4/14	木		
乳幼児BCG接種	全地区	4/28	木	13:30～14:10	保健福祉センター
愛の献血	全地区 (16～69歳)	4/14	木	11:30～16:00	高知大学農学部
		4/27	水	11:30～16:00	高知大学医学部看護学科前
レントゲン検診 基本健康診査	長 岡 瓶 岩	4/5	火	9:30～11:00	西 部 集 会 所
				13:30～15:00	J A 瓶 岩 支 所
	長 岡	4/6	水	9:30～11:00	中 央 福 祉 館
				13:30～15:00	
	国 府	4/11	月	9:30～11:00	国 府 公 民 館
				13:30～15:00	
	岡 豊	4/12	火	9:30～11:00	岡 豊 ふ れ あ い 館
				13:30～15:00	
	長 岡	4/19	火	9:30～11:00	SUNSUNながおか
				13:30～15:00	
	久礼田	4/25	月	9:30～11:00	久 礼 田 体 育 館
				13:30～15:00	
白木谷	4/26	火	9:30～11:00	植 野 公 民 館	
			13:30～15:00		
岡 豊	5/6	金	9:30～11:00	定 林 寺 公 民 館	
			13:30～15:00		

### ★集団予防接種の番号札配布時間変更

現在、集団予防接種の番号札は8時30分からお渡ししていますが、平成17年4月からは来所順に接種を受けていただけるように、当日午後1時からお渡しします。

### ★びよびよルーム



びよびよルームでは、子育て中のお母さん同士が交流する中で、悩みを出し合ったり、みんなでやってみたくて見つけています。たくさんの親子と一緒に楽しいひとときを過ごしてみませんか。身体測定もできます。お気軽にご参加ください。

■とき／4月27日(水) 13:30～15:00

■ところ／保健福祉センター



### お問い合わせ

この2ページの検診などの(医療情報を除く)申込先・お問い合わせは、

#### 保健福祉センター

(〒783-0004 南国市大堀甲320)

ホームページ ☎ 863-7373)まで

<http://www.city.nankoku.kochi.jp/hfc/index.htm>

## 食生活改善推進員養成教室 受講生募集

食生活改善推進員養成教室とは、食生活改善推進員(ヘルスマイト)になるための講習会です。興味のある方、ぜひご参加ください。

### ■とき

平成17年5月～平成18年2月  
月1、2回程度  
10:00～15:00

### ■ところ

保健福祉センター

### ■受講料／無料

### ■募集人員／20名程度

### ■申込締切／4月22日(金)

■備考／詳しい講習内容および日程などについては、後日参加者にカリキュラムをお送りします。

## 健康日本21計画～南国市版～ メンバー募集

～みんなが主役。きらっと光る  
自分を再発見しよう!～

市では、自分らしさを大切にしながら、より健康に生活が送れるよう、そして地域全体でそれを支え合えるまちづくりを目指して、皆さんとともに健康日本21(南国市健康づくり計画)を作成します。ともに考え活動しながら、計画づくりにチャレンジできるメンバーを募集します。

メンバー同志で夢を語り合いながら、日頃あなたが感じていることや夢を計画に載せてみませんか?

### ■期間

平成17年5月～平成18年3月末

### ■応募資格／市内在住の方で、健康づくりに深い関心と熱意のある方(無報酬)

### ■募集人員／20名程度

### ■申込締切／4月22日(金)

■備考／応募用紙は市役所総合案内・保健福祉センターで配布しています。

## ☆ 休日在宅医

日	曜	当 番 医	電 話
4/3	日	吉川診療所(植野)	862-0100
10	日	南国病院(大堀甲)	864-3137
17	日	しばた整形外科(後免町)	864-3412
24	日	東川整形外科(大堀甲)	863-3261
29	金	小栗医院(十市)	865-8405
5/1	日	吉本小児科皮膚(大堀甲)	864-2465

※変更する場合があります。