

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため 集団検診（特定健診・がん検診）を中止します

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、6月の集団検診（特定健診、後期高齢者健診、がん検診）は中止とします。

受診予定であった皆様にはご迷惑をおかけしますが、ご理解くださいますようお願い申し上げます。

今後の再開については、市HPなどでお知らせします。

中止とする期間／6月1日（月）～6月30日（火）

市HP／<https://www.city.izunokuni.shizuoka.jp/>

その他／検（健）診を受診する際には、予約の有無に関わらず、事前に医療機関に問い合わせの上、受診してください。



検診ガイドの内容に変更がありましたので、お知らせします。

江間クリニック

胃内視鏡：実施あり→実施なし

予約：特定健診、がん検診ともに予約必要

日程の詳細は予約時に調整します。

健康づくり課 ☎ 055-949-6820

国保年金課 ☎ 055-948-2905

「HIV（エイズ）・梅毒などの 検査を無料で受けられます

HIV（エイズ）・梅毒・B型肝炎ウイルス検査・C型肝炎ウイルス検査をどなたでも匿名で受けることができます。

検査日時／月1回（火曜日実施）

場所／静岡県東部保健所

（沼津市高島本町1-3 静岡県東部総合庁舎2階）

申込／静岡県東部保健所地域医療課へ直接お電話ください。

電話／055-920-2109

その他／日程などの詳細は、東部保健所HPをご覧ください。電話で直接問い合わせください。



おいしく、楽しく、バランスよく、毎日、朝ご飯を食べよう

「食育」とは、食に関する知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践できる人間を育てることです。

朝食を食べないことが多い人は、この機会に毎日朝食を食べるように習慣を変えてみませんか。朝食は、1日をいきいきと過ごすための大事なスイッチを入れる役割を担っています。朝から勉強や仕事に集中できますよ。

毎月19日は「食育の日」

19日は食育の日です。食に関する本を読んだり、料理を作るなどして食を身近に感じる日にしてください。

6月は「食育月間」

食事は私たちにとって栄養を摂るだけでなく、楽しみでもあります。6月は日頃の自分の食事を振り返る月に行ってみましょう。



5月31日～6月6日は禁煙週間です！



6月1日から歯周病検診がはじまります（要予約）
6月4日～10日は「歯と口の衛生週間」

◆伊豆の国市の喫煙率は？

市内における特定健診国保受診者の習慣的喫煙率は、令和2年4月時点の暫定値で、男性が22・4%、女性が6.3%です。（平成30年度特定健診・特定保健指導に係る健診等データより）

◆受動喫煙防止対策が令和元年度から強化！

健康増進法の一部を改正する法律が令和2年4月1日より施行され、多数の方が利用する施設（2人以上の者が同時に、又は入れ替わり利用する施設のこと）が原則屋内禁煙になります。

◆自分の周りの人の健康のために禁煙・分煙を

受動喫煙が原因となり発症する肺がんや心筋梗塞で、年間約6800人が死亡していると推計されています。（厚生労働省研究班コホート研究より）また、喫煙者や受動喫煙によりかかりやすくなる、慢性閉塞性肺疾患（COPD）の患者数は年々増加し、日本では約530万人以上に上ると発表されています。COPDは重症化すると在宅酸素療法がおこなわれるようになり、様々な合併症が起きやすくなります。自分の健康のためだけでなく、周りの人のためにも、禁煙・分煙マナーを守りましょう。

◆健康相談で「禁煙相談」と「肺年齢測定」ができます

【禁煙相談】禁煙の方法、禁煙外来・禁煙について相談できる医療機関の紹介など

【肺年齢測定】アナタの肺年齢を実年齢と比較してみよう

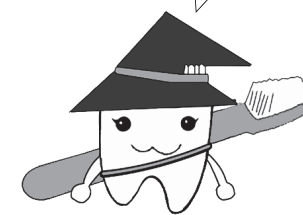
対象／市民（肺年齢測定が20～64歳で、血圧の薬を飲んでいない人）

※予約制で、随時相談に応じます。事前にご連絡ください。

ところ／健康づくり課（韮山福祉・保健センター内）

歯周病検診を受けて、賞状&記念品をもらおう！

歯とお口の健康はセルフケアとフロケアが大事。歯磨き&歯周病検診で、「目指せ！歯とお口の健口達人♡」。



歯っぴい健口委員会
マスコット「ハーミー♡」

【6026表彰】

対象／昭和35年4月1日～昭和36年3月31日に生まれた人で、自分の歯が26本以上ある人
受診締切／7月31日（金）

【8020噛むカムケアコンクール】

対象／昭和15年4月1日以前に生まれた人で、自分の歯が20本以上ある人
受診締切／8月31日（月）

応募方法／電話で申し込みください（自薦、他薦は問いません）。申し込み後、歯科医療機関で診察を受けていただきます。その他／表彰式を行う予定です。