

### とんがりぼうし豊浦 「味噌作り教室」



●9月17日～19日 ▼  
17日 午前9時30分～  
正午 ▼18・19日 午前  
後1時～3時 ④麴から作る手作  
り合わせみそ ※3日間参加必要  
⑤25組(先着順) 料2000円  
※3ヶ程度持ち帰り ⑥エプロン、  
三角巾 ⑦9月2日～14日に、直  
接か電話でとんがりぼうし豊浦へ。  
⑧とんがりぼうし豊浦  
(☎774-3700)

### ユネスコ英会話教室受講生募集

●昼の部 ⑨毎週金曜日 上級 11  
午前10時30分～11時50分、中級 11  
正午～午後1時20分、初級 11午後  
1時30分～2時50分、入門 11午後  
3時～4時20分 ⑩勤労福祉会館  
(幸町) ⑪月額3500円  
●夜の部 ⑨毎週水曜日 初級 11  
午後7時～8時 ⑩西部公民館  
⑪月額5000円

⑫往復はがきに⑬(7ヶ)と希望  
クラスを書いて、生涯学習課 751-  
0830市内幡生新町1番1号へ。  
⑭生涯学習課(☎231-2054)

### 海峡のまち下関 歴史ウォーク参加者募集!

⑮11月19・20日(2日間) ⑯スター  
ト・ゴール 11下関海峡ゆめ広場  
⑰コース 1130・20・10・5(カ)

⑰付団体歩行) ⑱1600円(10  
月31日(月)まで) ▼11月1日以降  
と当日は2200円 ※中学生以  
下無料 ※保護者、介助者も要参  
加費 ⑲払込取扱票に必要事項を  
書き、参加費を添えて郵便局で申  
し込み(振り込み)を。 ※中学生以  
下は保護者、体の不自由な方は介  
助者同伴 ※高校生のみ申し込み  
みは問い合わせを ※払込取扱票  
は、市役所本庁舎新館1階案内、  
スポーツ振興課、各総合支所、本  
庁の各支所に用意  
⑳スポーツ振興課(☎231-2729)



★9月の健康スローガン★(注1)  
「見直そう生活習慣 自分の食事・  
運動・休養を」

### 9月24日～30日は結核予防週間

結核は過去の病気ではありませ  
ん。人から人に感染する病気で  
が、早期に発見して治療すれば完  
治し、感染拡大も防ぐことができ  
ます。生後1歳未満の子どもはB  
CG接種を、勤めている方は職場  
などの定期健康診断を必ず受けま  
しょう。65歳以上の方は感染症法  
により、1年に1回結核健康診断  
を受けなければならないとされて  
います。健康診断を受ける機会が  
ない方は、市が行う胸部健康診断

を受けましょう。せきや痰が2週  
間以上続く場合は早めに医療機関  
を受診しましょう。

⑳保健医療課(☎231-1530)

### 歯周病予防教室

⑲9月29日(木)午後1時  
30分～3時 ⑳山陽保健  
センター ㉑歯科医師に  
よる講話、歯科衛生士による歯磨  
き指導など ㉒30人(先着順) ㉓  
歯ブラシ、コップ ㉔電話で保健  
総務課へ。  
㉕保健総務課(☎231-1408)



### おいでませ糖尿病教室

⑲9月1・9・16・23日(全4回)  
午後2時～4時 ㉖  
医師による糖尿病基礎  
知識講座 ▼H1AC  
て何? ▼食事療法★基礎編、応  
用編 ▼日常生活について ▼内  
服薬★インスリンについて「自分で  
測ろう!血糖値」▼運動療法★実  
践 ㉗10人(先着順) ㉘糖尿病手  
帳、筆記用具 ㉙電話で、平日午  
後1時～5時に内科外来へ。  
㉚市立市民病院(☎231-4111)



### 胸部健康診断

㉛市内在住の40歳以上で胸部健康  
診断を受ける機会のない方 ㉜  
9月2・6・8・16・20・29日 11  
午前9時30分～11時 ▼9月5・  
12・14・21・26・28日 11午後1時

30分～3時 ㉝市役所本庁舎新館  
3階 ㉞検査方法 11胸部X線撮影  
※無地のTシャツか肌着1枚は着  
用可 ※検査結果は1ヵ月～2ヵ  
月後に郵送で通知 ※胸部検診車  
については、15の肺がん検診を  
確認してください  
㉟保健医療課(☎231-1530)

### マダニ類による感染症にご注意を

マダニ類の活動は、春か  
ら秋にかけて盛んで、SF  
TS等の病気を媒介するこ  
とがあります。マダニ類は家庭内  
に生息するダニとは違い、1、3、  
4(吸血前)の大型のダニで、主  
に森林や草地などの屋外に生息し、  
近くを通った人やペットに付着し  
ます。全てのマダニ類が病原体(ウ  
イルスなど)を持っているわけでは  
ありませんが、次のことに注意を。  
●草むらやぶなどに入る時は長  
袖・長ズボン・長靴の着用を  
▽裾、袖、襟などの締まっている  
服やナイロン製の服は、マダニ類  
が侵入しにくい ▼屋外活動後は、  
マダニ類が身体に付着していない  
か確認を ▼ペットの散歩の際は  
ペットが草むらなどに入らないよ  
うに注意し、帰宅後にペットにも  
マダニなどが付着していないか確  
認を ▼マダニ類にかまれた場合、  
自分でつぶしたり、無理に取ろう  
とせず、そのままの状態を早急に  
皮膚科などの医療機関を受診し処



置を受ける。発熱、消化器症状、  
発疹などの症状がある場合も速や  
かに医療機関へ受診・相談を。  
㊱保健医療課(☎231-1530)

### 食品衛生責任者養成講習会

飲食店などの食品営業  
を行う場合は、この資格  
が必要です。 ※食品営業  
を行わない方も受講可  
⑲9月30日(金) ㊲勤労福祉会館  
(幸町) ㊳70人 ㊴7000円  
⑲9月1日～23日(必着) ※申込書  
下関市食品衛生協会(☎231-333  
5)へ請求を。 ※応募多数の場合は、  
事業者優先  
㊵生活衛生課(☎231-1936)



### 肝炎治療費を助成します

㊶市内在住で、保険適  
用の次の治療を受ける  
方 ①C型ウイルス性  
肝炎(根治目的)へのインターフェ  
ロン・インターフェロンフリー治  
療、②B型ウイルス性肝炎へのイ  
ンターフェロン治療と核酸アナロ  
グ製剤治療 ※更新などは条件あ  
り。詳細は保健医療課に問い合わ  
せを ▼助成期間 11年以内で治  
療予定期間に即した期間原則 1人  
1回 ▼助成額 11ヵ月の治療費  
の自己負担額のうち、限度額 1万  
円(上位所得者は2万円)を超えた  
額 ㊷①治療受給者証交付申請書  
②医師の診断書(核酸アナログ治療



(注1)健康スローガンに沿って、自分に合った健康づくりに無理せず取り組みましょう。

休日・平日夜間がん検診		閩成人保健課	
受診の際は、必ず事前に連絡を。(☎231-1935)			
日程		医療機関	
休日	平日夜間		
9月11日 10月16日 11月13日 12月11日	9月6日 11月8日 12月6日	井町産婦人科医院(秋根南町) ☎263-3070	
9月25日 10月16日 11月13日 12月4日	9月23日 11月25日 12月16日	さいとうレディースクリニック(細江町) ☎228-0753	
10月8・9・16・23日	10月4・13・21日	済生会下関総合病院(安岡町) ☎262-2300	
11月20日	10月5日 11月2日	藤野産婦人科医院(大学町) ☎252-2200	
子宮がん		吉田メディカルクリニック(田中町) ☎242-7722	
		さいとうレディースクリニック(細江町) ☎228-0753	
		にしはらクリニック(生野町) ☎251-1167	
		下関さくらクリニック(有富) ☎257-7767	
乳がん		すざはら内科・消化器病クリニック(古屋町) ☎253-1368	
		螢クリニック(金比羅町) ☎223-8000	
		はりま内科胃腸科医院(長府中六波町) ☎245-1118	
		吉田メディカルクリニック(田中町) ☎242-7722	
大腸がん		千葉クリニック(豊田町中村) ☎766-0501	
		にしはらクリニック(生野町) ☎251-1167	
		すざはら内科・消化器病クリニック(古屋町) ☎253-1368	
		螢クリニック(金比羅町) ☎223-8000	
		はりま内科胃腸科医院(長府中六波町) ☎245-1118	
		吉田メディカルクリニック(田中町) ☎242-7722	
		千葉クリニック(豊田町中村) ☎766-0501	
		にしはらクリニック(生野町) ☎251-1167	

※大腸がん検診は、便潜血検査で要精密の方

の更新時のみ、診断書の代わりに検査結果と治療内容が分かる資料でも可) ③健康保険証の写し ④世帯全員の住民票 ⑤世帯全員の市県民税課税証明書 ⑥更新、延長、2回目の場合は、現在利用している治療受給者証の写し ※①②の様式は保健医療課、各保健センターに用意 ③保健医療課、各保健センターへ。

**健診を受けましょう**

1 肺がん検診(年度内1回受診可)  
●胸部エックス線検査  
を検診車で受ける場合  
Ⅱ 函市内在住の満40歳



以上の方 日所①9月6日(火)Ⅱ長府公民館、②9月15日(木)Ⅱ長府東公民館、③9月28日(水)Ⅱ吉田公民館 ※①②午前9時～11時30分 ③午前9時～11時 ※無料・予約不要

●痰の検査Ⅱ函市内在住で、市の検診の胸部エックス線検査を受けた方の内、満50歳以上のたばこを多く吸う方 日所①検診車の日時から14日の胸部健康診断の日時参照 料500円 申直接会場で。

2 胃がん検診(年度内1回受診可)  
Ⅱ 函市内在住の満40歳以上の方  
Ⅲ 協働医療機関Ⅱ胃部エックス線検査(直接撮影)か胃部内視鏡検査を選択 料2400円 申各協

力医療機関へ。▽胃検診車Ⅱ胃部エックス線検査(間接撮影/予約制) 日所①10月5日(水)Ⅱ園芸センター ②10月6日(木)Ⅱ吉母公民館 ※いずれも午前9時から 料1000円 定各30人 申①9月26日(月)までに、②9月27日(火)までに、成人保健課(☎231-1935)へ。

※各検診日の1ヵ月前から受け付け開始

3 若年基本健康診査(年度内1回受診可)  
Ⅱ 函市内在住の満18歳～39歳の方 ※昭和51年4月1日～52年3月31日に生まれた方は特定健診の対象のため除く 日所①9月5・12日、10月3日の午前9時30分～10時30分

所唐戸保健センター 日所①診察、身体計測、血圧測定、尿検査、血液検査(貧血・肝機能・コレステロール・腎機能・糖尿病スクリーニング検査) 定20人(予約制) 料1200円 申前週の金曜日までに成人保健課へ。

4 骨粗しょう症検診(各対象年齢時に1回受診可)  
Ⅱ 函市内在住の満20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の女性 日所①9月5・12日、10月3日の午前9時30分～10時30分 所唐戸保健センター 日所②問診、骨量測定 定15人(予約制) 料300円 申前週の金曜日までに成人保健課へ。

●他にも、大腸がん・子宮がん・乳がん・前立腺がん・肝炎ウイルス検診が受診できます。

閩成人保健課(☎231-1935)

～認知症を理解し合える下関に～  
認知症講話会  
日所①9月27日(火)午後1時30分～3時30分 所滝部公民館 日所②講話 認知症の理解を深めるために、認知症の人にやさしい地域に向けて、渡部文華氏(社会福祉士) 閩成人保健課(☎231-1935)

不妊専門相談  
日所①不妊・不育に関する相談Ⅱ9月29日(木) 午後2時～4時 産婦人科医師の相談後、希望者へ生殖



**あなたの命 大切なもの**  
9月10日～16日は自殺予防週間

自殺は個人の意志や選択の結果ではなく、さまざまな悩みにより追い込まれた末の死です。「気づき」「つなぎ」「見守り」を大切に、身近な人のこころの不調にできるだけ早く気づき、自殺予防につなげましょう。

●自殺予防パネル展示  
日所①9月3日(土)Ⅱシーモールホール(ふくふく健康21フエスタ)内) Ⅱ9月9日～16日Ⅱ市役所本庁舎新館1階ロビー

●街頭キャンペーン  
日所①9月3日(土)午前11時～11時30分 所下関駅前

●心の健康相談  
精神科医が相談を受けます。  
日所①9月23日(金)Ⅱ市役所本庁舎新館3階 Ⅱ9月28日(水)Ⅱ菊川保健センター ※いずれも午後1時～3時 申電話で成人保健課へ。  
閩成人保健課(☎231-1419)

