

乳がん検診のお知らせ

— 30歳を過ぎたら検診を —



乳がんは年間約1万人の方が亡くなっています。
壮年期の女性に多く、35歳以上の方の死亡率が増加してきています。
早期発見が重要です。早期に見つければ治りやすいがんです。

【対象】 市内に居住する30歳(平成22年12月31日現在)以上の女性。
平成22年中は昭和55年までの元号が奇数年で、その年の誕生日に偶数年齢になる方(職場等で受診できる方は除く)
隔年受診(昭和55年, 53年, 51年……生まれの方)
(前年に受診されていない方は対象になります)

【申込方法】 保健所ニュースとともに配布されるはがき、または区健康づくり推進課・支所健康づくり推進室に備え付けのはがきで、1月15日(当日消印有効)までに京都がん協会(TEL 811-9135)へ。
検診会場、日時は後日連絡します。

【実施時期】 平成22年1月中旬から3月下旬

【実施会場】 伏見保健所, 淀会館, 深草支所, 醍醐支所

【検診内容】 医師の診察と乳房超音波断層撮影(40歳以上の方はマンモグラフィ)

【費用】 1,300円。免除規定あり。

※ 次の証明書を提出又は提示された方は、無料になります。なお、提出又は提示されない場合は有料となります。

- 当該年度分市民税が非課税の世帯に属する方の本人、配偶者又は扶養義務者の市市民税課税証明書(提出)
- 生活保護受給証明書(提出)
- 70歳以上の方[年齢(生年月日)の確認できる書類](提示)
- 京都市老人医療費支給条例、京都市母子家庭等医療費支給条例及び京都市重度心身障害者医療費支給条例に基づく福祉医療費受給者証(提示)
- 中国残留邦人等の円滑な帰国の促進及び永住帰国後の自立の支援に関する法律等に基づく支援給付受給証明書(提出)

「新型インフルエンザワクチン接種医療機関名簿(京都市内)」(市民しんぶん伏見区版(11月15日号)に折込み)の電話番号の訂正(伏見区内のみ)

名称	正	誤
医療法人若葉会 見島医院	622-7728	612-3186

ノロウイルスにご注意を

みなさんもこの名前を一度は聞かれたことがあるのではないのでしょうか。何それ?と思われる方もおられるかもしれません。そこで今回はこのノロウイルスについて紹介したいと思います。

冬季になると、以前はノロウイルスに汚染された二枚貝によるノロウイルス食中毒が多く報告されていましたが、最近では二枚貝を食べていないのに発症する事例が増加しています。このノロウイルスは人の小腸粘膜を破壊しながら増殖し、嘔吐や下痢、腹痛、発熱など、風邪に似た症状を起こします。潜伏期間はおよそ1~2日です。

しかし次の点に注意していただければ、ノロウイルス食中毒を予防することができます。

- ノロウイルスは熱に弱いので食品を十分に加熱し、調理後の調理器具類を加熱消毒しましょう。
- ノロウイルスは人から人に感染しますので、トイレの後や調理前後には手洗いを十分に行い、手から食品や食器への移行を防止しましょう。



この冬は食中毒をしっかりと予防しておいしい食事を楽しんでくださいね。

カビ・ダニのいない快適な生活を

鼻炎、皮膚炎、喘息などのアレルギーを起こすチリダニ、人を刺すツメダニはどこの家庭にもいますが、数を増やさなければ大きな問題にはなりません。湿度が高すぎると、カビ・ダニは発生しやすく、逆に低すぎても、これからの季節、のど粘膜を傷つけて風邪をひきやすくなります。換気や加湿などに気をつけ、部屋の湿度50%を目指しましょう。

主なカビ・ダニ対策

- 寝具類は天日干しをしましょう!
取り込む前に叩いてダニを表面に浮かせ、掃除機をかけましょう。
- 空気がこもりやすいところは、通気をよくしましょう!
- 結露はこまめにふき取りましょう!
- じゅうたんや畳をこまめに掃除しましょう!

