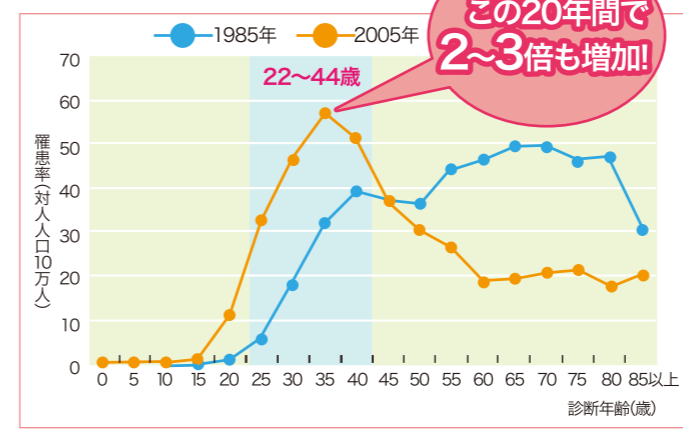


PICK UP
子宮頸がんは防げます！

「問」健康支援課 ☎29-5286、FAX 29-5208

子宮頸がんは、子宮の入り口にできる、子宮頸がんを知っていますか？女性特有のがんとして、乳がんに近いで罹患率が高く、特に20～30代の女性を中心に急増しています。日本では、毎年約1万人の女性が発症し、約3500人が亡くなっています。子宮頸がんの原因は性交渉によりヒトパピローマウイルス（HPV）に感染することによるものです。感染から発病まで平均5～10年。ほとんどのHPVは免疫力で排除されますが、HPVに感染した細胞の一部はがん細胞に変異するリスクがあります。子宮頸がんは、がんになる前の状態（異形成）が存在しているために、早期がんより早い段階で発見できるのが特徴です。がん細胞に変異する前に発見することができれば、子宮を取らない簡単な手術で完治することができ、後遺症の心配もありません。



がん細胞になる前に発見できる子宮がん検診

子宮がん検診は宮崎市内の病院で受けることができます。がんになる前の段階でも、ほぼ確実に見つけることができ、将来がんになるリスクも把握できます。細胞診とHPV検診の両方を受けた場合、約13,000円の検査費用が掛かりますが、市内在住の人は自己負担金2,500円で受診できます。

- 細胞診** 子宮頸部(入り口付近)から採取した細胞の「形」を顕微鏡で調べます。(助成対象:20歳以上)
- HPV検診** ウイルス感染の有無を判定します。採取した細胞中のHPVの存在を直接調べるため、非常に精度が高い検査です。(助成対象:25歳、28歳、31歳…3歳ごとに)

※細胞診、HPV検査の両方を受けた女性の9割は、どちらも陰性という結果が出ています。どちらも陰性の場合、検診は3年間隔となります。(64歳以上の人で、どちらも陰性の場合、その後の検診は不要)

子宮頸がん検診の流れ

- 1 問診** 問診票に、初潮の年齢、月経の様子、妊娠・出産歴、健康状態、自覚症状などを記入。その後、問診票を基に医師からの質問に答えます。
- 2 視診(内診)** 内診台に座り、医師の目による診察を行います。その後、子宮全体、卵巣、卵管に腫れや痛みがないかを調べる触診を行います。
- 3 細胞診+HPV検診** やわらかいブラシで子宮頸部を拭き、細胞を採取。痛みもなく、1分もかからずに終わります。
- 4 検査終了** 検査結果は1～2週間後に分かります。

相談窓口	自殺予防こころのダイヤル 【相談日時】月・水・金・日 20:00～23:00 【問】宮崎自殺防止センター ☎77-9090
	こころの悩み 流産、死産、病気などで子どもを亡くされた人の相談(グリーフケアはあと) 【問】当事者の会 ☎080-8589-3216 【相談日時】月～金 9:00～17:00 メンタルサポートの専門職 ☎080-8589-3215 【相談日時】木 9:30～15:30
	人間関係 臨床心理士による生き方・こころの相談(要予約) 【相談日時】3/10(木)14:00～16:00 弁護士による法律相談(要予約) 【相談日時】3/16(水)14:00～16:30 【問】宮崎男女共同参画センター ☎25-2057(9:00～16:00は、男女共同に関する相談も)
虐待など	【相談日時】月～金 8:30～17:15(祝・休日、年末年始を除く) 【問】児童虐待の相談…子育て支援課 家庭児童相談室 ☎21-1766 高齢者虐待の相談…長寿支援課(☎21-1773)または各地域包括支援センター 障がい者虐待の相談…障がい福祉課(☎21-1772)または市障がい者総合サポートセンター(☎63-2688)

市では、左記の相談以外にも、弁護士による法律相談などさまざまな相談を受け付けています。詳しくは市のホームページからも確認できます。



心に関する講話や相談対応を行います

- ①精神科医による「こころの健康相談」
こころの健康に関する悩みや問題を抱える本人・家族を対象に精神科医が相談に応じます。
※既に精神科通院されている人は、主治医に相談してください。
- ②みんなのアルコール教室
家族や支援者と一緒アルコール問題について理解し、対応方法について学びます。

- 日時/①2月25日(木) 13時30分～14時20分、14時30分～15時20分、15時30分～16時20分
②2月24日(水) 13時30分～16時
- 場所/市保健所
- 対象/市内在住の人
- 料金/無料
- 申し込み/電話で、前日までに健康支援課へ。
【問】健康支援課 ☎29-5286、FAX29-5208



特定健診・後期高齢者健診は2月まで

「特定健康診査」「後期高齢者健康診査」はもう受診しましたか？ 実施期間が残りわずかです。まだ受診していない人は、ぜひ早めに受診しましょう。健診は自分の血圧や血糖値などを知る良い機会です。通院治療中の人も受診できますので、かかりつけの医師に相談してください。

- 場所/指定医療機関
- 対象/35歳以上の宮崎市国民健康保険および宮崎県後期高齢者医療制度加入者(平成27年6月以降、宮崎市健康診査受診券を利用して受診していない人)

※健診内容や自己負担金については、「平成27年度 宮崎市健康診査受診券」を参照してください。

- 【問】国保年金課 ☎42-2359、FAX20-3562



たの健康ふくしまつり

楽しみながら福祉や健康増進・ボランティアを体験してみませんか？「えっ これも福祉になるの？」と思う体験があるかもしれません。高齢者コーナー、福祉・健康コーナー、福祉バザー、防災コーナー(はしご車体験あり)、グルメコーナー、ステージなど盛りだくさん！ 抽選会やスタンブラリーもあります。

- 日時/2月21日(日)10時～15時
- 場所/田野文化会館、田野総合支所駐車場
- 料金/無料
- 【問】市社会福祉協議会田野支所(☎86-2017、FAX86-4049)または田野総合支所市民福祉課(☎86-1113、FAX55-7371)

はり・きゅう・あんま施設利用者証の交付

- 日時/3月1日(火)から祝日を除く月曜～金曜、8時30分～17時15分
- 対象/宮崎市国民健康保険および宮崎県後期高齢者医療制度の加入者
- 持参するもの/①対象者の被保険者証 ②来庁者の印鑑 ※代理申請の場合は、代理人の本人確認書類も必要です。
- 申し込み/国保年金課(市役所第二庁舎1階)、総合支所市民福祉課、地域センター、地域事務所の一部(中央東・大淀・大塚・大塚台・東大宮・檜)
- ※なお、保険税(料)に滞納がある場合は、交付に一定の制限を受けることがあります。
- 【問】国保年金課 ☎21-1745、FAX20-3562

歯とお口の健康相談

- 歯科健診・相談、ブラッシング指導など。治療は行いません。
- 日時/3月7日(月)、16日(水)、22日(火)、29日(火)
- 場所/市保健所
- 対象/市内在住の人
- 持参するもの/歯ブラシ、健康手帳(持っている人)、親子(母子)健康手帳
- 申し込み/電話またはFAXで、前日までに健康支援課へ。
【問】健康支援課 ☎29-5286、FAX29-5208

サービス付き高齢者向け住宅 入居者募集中

60歳以上の方または要支援・要介護認定を受けている方及びその同居者が御入居頂けます。

家賃 41,000円/月の場合 ※生活支援基本サービスと食事サービスご利用の場合のお支払い例です。
お支払い例 115,160円/月

25㎡以上! ゆとりある住空間で自分らしい生活を楽しめます。

宮崎市役所近く(徒歩6分) サービス付き高齢者向け住宅 **オアシスケア宮崎**

買い物、通院に便利な好立地 選べる生活支援・食事サービス 緊急時対応サービス

資料請求お申込み **0985-78-0836**
宮崎市末広1丁目4番35号 **オアシスケア** (後援)

設備(全戸) ■緊急コールシステム(24h) ■浴室 ■キッチン(IH) ■洋式トイレ(車いす対応) ■クローゼット ■冷暖房 ■平成26年12月完成

※この欄は、広告です。掲載されている広告の内容などの問い合わせは、直接広告主へお願いします。