問 健康増進課　☎75－3355

一般健診を賢く利用しましょう!

一般健診は生活習慣病を予防するための健診です。

生活習慣病は自覚症状がなく進行します。しかし毎年健診を受診すれば、病気の発症予防にもつながります。

○**対 象 者**　20歳～39歳の市民
○**受診方法**　集団健診のみ
○**料　　金**　1,000円
○**内　　容**　特定健診と同じ項目

お勧めするのには理由があります！

○**血液検査の項目数が多い**
多久市で行う健診は、国の基準に追加して、HbA1c（糖尿病）、尿酸･クレアチニン（腎臓）、血小板（貧血）、尿潜血の項目も行っています。

○**この内容で“1,000円”はお得！**
実際は6,000円くらいの費用がかかります。

○**必要時にはその他の検査も!!**
必要な人は心電図検査、眼底検査が受けられる場合もあります。

職場で受けた人でも！
職場健診を受けていても受診できます。健診内容を確認して申し込みください。

子育て中のお母さんも！
産後の健康 Check に使いましょう！

保険が変わった人も！
平成27年度中に、国民健康保険に加入された 40歳～74歳の人も受診できます。

全ては発症予防・重症化予防のために！
市の健診は、糖尿病・高血圧・脂質異常などを早期発見します。

これからの季節 食中毒に気をつけましょう！

気温や湿度が高くなる夏季に、細菌が原因となる食中毒が増え始めます。

また、飲食店での食事だけでなく、毎日の家庭の食事でも食中毒は発生するので注意が必要です。

食中毒予防の 3 つのポイント

1．食中毒菌をつけない【清潔】
○食品、手、調理器具をしっかりと洗う
○食品の保存はふたやラップで覆う

2．食中毒菌を増やさない【迅速・冷却】
○冷蔵が必要な食品は、すぐ冷蔵庫に入れる
○できた料理は早めに食べる

3．食中毒菌をやっつける【加熱】
○食品を十分に加熱して食べる
○調理器具を定期的に消毒する

子宮頸がん予防ワクチン接種のお知らせ

子宮頸がん予防ワクチンが、平成25年４月１日から定期の予防接種となりました。子宮頸がん予防接種については、ワクチンの安全性等が検証されていますが、無料で定期接種できる予防接種となっています。

◎**対象者**　小学６年生から高校１年生の女子
※接種時に多久市に住民登録のある人
（平成27年度：平成11年４月２日から平成16年４月１日生まれ）

◎**接種回数**　６か月間に３回
（子宮頸がん予防ワクチンには「サーバリックス」と「ガーダシル」の２種類があります。）

○**サーバリックス**：初回、１か月後、初回から６か月後
○**ガーダシル**　　：初回、２か月後、初回から６か月後
「サーバリックス」と「ガーダシル」は、いずれも同じワクチンを３回接種することになっています。１回目に接種した種類のワクチンを２回目以降も接種してください。

◎**接種費用**　無料です。

◎**接種方法**　予診票は医療機関に準備しています。事前に実施医療機関に予約が必要です。母子健康手帳を持参し、接種を受けてください。

20歳代から30歳代に増加している子宮頸がんは、発がん性のヒトパピローマウイルスに感染することでかかる病気です。子宮頸がん予防ワクチンを接種することで、２つの型（16・18型）のウイルスの感染を予防できるといわれています。

子宮頸がん予防ワクチンの効果や接種後の副反応などについては、医師から説明を受け、十分に理解したうえで受けてください。

■**問い合わせ**　健康増進課　☎75－3355