

新型コロナウイルス感染症 ワクチン接種のお知らせ

新型コロナウイルス感染症に対処するため、国の指示のもとワクチンが承認され、接種体制が整い次第、町で新型コロナウイルス感染症のワクチン接種を実施します。

年齢等により、接種できる時期が異なるため、**対象となる方には順次接種券を送付します。**

送付時期（目安）▼

○65歳以上の方…

3月下旬以降にお手元に届きます。

○上記以外の年齢の方…

4月下旬以降に順次発送します。

費 無料

接種をするには、事前予約が必要です。接種場所・接種日時・予約方法等詳しい内容は、接種券に同封します。
※接種は強制ではありません。

新型コロナウイルス感染症の ワクチン接種推進担当を 設置しました

新型コロナウイルス感染症のワクチン接種等に迅速に対応するため、2月1日付けで、健康増進課にワクチン接種推進担当を設置しました。

ワクチン接種推進担当の所管事項は次のとおりです。

- ・新型コロナウイルス感染症のワクチン接種に関すること
- ・新型コロナウイルス感染症対策本部に関すること
- ・新型コロナウイルス感染症に関する関係機関等との連絡調整に関すること

2/1～

課名	係または担当名
健康増進課	健康管理係
	保健予防係
	ワクチン接種推進担当（新）

がん検診等のお知らせ

令和3年度に受けることができる町のがん検診等の個別通知を、3月末ごろはがきで送付します。

☒ 40歳以上（昭和57年3月31日以前生まれ）の男性の町民、20歳以上（平成14年3月31日以前生まれ）の女性の町民

注意▶検診等をご希望の方は、受診期間になりましたら、健康増進課または町の実施医療機関にお申し込みください。

健康 一回必モ

片頭痛について

全国で約840万人の人が片頭痛に悩んでおり、そのうち約8割が女性といわれています。首から頭にしめつけられるような痛みがでる緊張型頭痛と区別しなければなりません。片頭痛はストレスや寝不足・月経の時、天気が悪くなる前などに痛みが出ることが特徴です。

片頭痛は脳の血管の拡張や炎症が原因で、片側のこめかみや側頭部にズキズキと脈打つような強い痛みが出現し、吐き気や嘔吐を伴うこともあります。頭痛が発生する前にはまぶしい光や大きな音が気になる（光・音過敏）というような症状やあくびが現れ約30%の人には物がチカチカ光って見える「閃輝暗点」という前兆がみられます。

原因から考えると入浴や飲酒などの血管が拡張するような日常生活動作が症状を悪化させるため、症状の改善には睡眠や安静をとるよう心がけましょう。また、首や額などの局所を冷やすことも効果的です。

特に注意したいことは、片頭痛は一般的に月1～5回

程度発生するとされていますが、月15回以上頭痛がある人は市販の鎮痛薬を頻繁に使用することでおこる薬物乱用性頭痛になっている可能性があることです。片頭痛専用の治療薬は市販されていないので、頭痛がある時には早期に医療機関を受診してください。

片頭痛の予防法として専用の予防薬がありますがこれも市販されていません。目安として月2回以上の片頭痛がみられる人にはこの予防薬の適応があります。また、片頭痛の頻度や程度を減らせるものとして、ビタミンB2や便秘薬としても使用するマグネシウムがあります。これらは市販されていますので、摂り過ぎに注意をして試してみてくださいかもしれません。

最後に下記の片頭痛のセルフチェックを紹介します。

- ①階段昇降などの日常的な動きで頭痛がする
- ②頭痛に伴い吐き気や胃のムカつきがある
- ③普段気にならない光がまぶしい
- ④頭痛に伴いにおいが嫌と感じる

上の4項目中2項目以上にあてはまるときは片頭痛を疑い医療機関への受診をお勧めします。

〈提供：（一社）桶川北本伊奈地区医師会〉

い～な！健康マイレージ対象事業

※「い～な！健康マイレージカード」をお持ちの方は当日ご持参ください。

胃がん検診(集団)

要事前予約

託児相談あります

- 内** バリウム造影検査
場 保健センター
対 40歳以上（昭和57年3月31日以前生まれ）の町民で、勤務先で受診機会がない方
持 無地のTシャツまたは長袖、**下剤内服のための飲み物**
 ※検査着の貸出はありません。
費 800円
 ※70歳以上（昭和27年3月31日以前生まれ）の方は無料
申 3月9日(火)から健康増進課窓口または電話

【注意事項】

- ・前日の夜9時以降の飲食はしないでください。ただし、夜12時までコップ2杯の水（白湯）、また検査当日朝6時までのコップ半分の水（白湯）は摂取して構いません。
- ・前日はお酒を飲まないでください。
- ・当日朝の喫煙はお控えください。
- ・降圧剤などの薬をお飲みの方は、主治医にご相談ください。当日朝に服用した場合は、受付時にお伝えください。
- ・胃腸の疾患で治療中の方は受診できません。過去に開腹手術や帝王切開をされた方はご相談ください。
- ・妊娠中および妊娠している可能性がある方は受診しないでください。

日程	性別	受付時間	定員
4月13日(火)	女性	①～④	各6名
	男性	⑤～⑧	
4月14日(水)	男性	①～④	
	女性	⑤～⑧	
4月22日(木)	女性	①～④	
	男性	⑤～⑧	

番号	受付時間	番号	受付時間
①	8時30分～8時40分	⑤	10時～10時10分
②	8時45分～8時55分	⑥	10時15分～10時25分
③	9時～9時10分	⑦	10時30分～10時40分
④	9時15分～9時25分	⑧	10時45分～10時55分

※受付時間を選択してください。男女別に受付時間を設けていますので、ご注意ください。

女性特有の乳がん・子宮頸がん集団検診

要事前予約

託児相談あります

乳がん検診、子宮頸がん検診のどちらか一方のみの受診もできます。

- 日** 4月27日(火)、5月7日(金)・13日(木)・18日(火)・25日(火)
場 保健センター
持 バスタオル（感染症予防のため）
申 3月16日(火)から健康増進課窓口または電話

	乳がん検診	子宮頸がん検診
内容	X線撮影（マンモグラフィ）による検査	頸部の内診・細胞診
対象	40歳以上（昭和57年3月31日以前生まれ）の女性の町民	20歳以上（平成14年3月31日以前生まれ）の女性の町民
受付時間・定員	乳がん・子宮頸がん検診をセットで受診される方 ①12時30分～12時50分②12時50分～13時15分 計50名	
	乳がん検診のみ受診の方 ①12時30分～12時50分②12時50分～13時15分 計25名	子宮頸がん検診のみ受診の方 ①13時45分～14時②14時～14時15分 計25名
費用 ※クーポン対象者は無料	700円	500円
	70歳以上（昭和27年3月31日以前生まれ）の女性の町民 400円	
右記に該当する方は検診をご遠慮ください。	前年度に町が実施した同検診を受診した方（妊婦健診も含む）	
	・乳房の手術を受けたことがある方 ・乳房にシリコンなどが入っている方 ・妊娠中またはその可能性がある方、授乳中の方 ・ペースメーカー、IVHポート、IVシャントなどを使用している方	・子宮摘出手術を受けたことがある方 ・生理中および妊娠中またはその可能性がある方