



**大腸がん検診**

少量の便を2日間とるだけの簡単な検査です。年に1度の検査を習慣にしましょう。  
**★対象者** 40歳以上の方  
**★料金** 8000円  
 (容器回収時に支払い)

**容器配布期間**  
 10月2日(水)～31日(木)  
**容器回収日時**  
 容器配布時に説明します。  
**容器配布および回収場所**  
 ・市立保健センター  
 (健康増進課)

・益田公民館  
 ・高津公民館  
 持ち物 健康手帳、料金

**あたまの健康チェック**

対話式での認知機能テストです。このテストは、10個の

**問い合わせ先**

市立保健センター (FAX) 23-7134  
 健康増進課 ☎ 31-0214  
 子ども家庭支援課 ☎ 31-1381  
 子ども福祉課 ☎ 31-0243  
 地域医療対策室 ☎ 31-0213  
 美都総合支所 ☎ 52-2312  
 匹見総合支所 ☎ 56-0302  
 メールアドレス  
 hoken-center@city.masuda.lg.jp

単語を覚えてもらい、できるだけ多く思い出して言ってもらうなど、簡易な内容となっています。

**日** 10月4日(金)・25日(金)

9:00～11:30

※1人30分、1日5名までの完全予約制

**場** 市立保健センター

※認知症や病気の診断に代わるものではありません。まずはご相談ください。

**問** 市健康増進課

☎ 31・0214

**【訂正】** 益田市健康づくりセンター37ページ「子宮頸がん検診(施設検診)の実施機関」に変更がありましたのでお知らせします。

齋藤医院(須子町)  
 (変更前) 実施する  
 (変更後) 実施しない

**歯周疾患検診**  
 ～お口の健康診断～

検診期間は10月31日(木)までです。まだの方はお急ぎください。

★痛くなるその前に…

★今、あなたの歯は何本ありますか？歯を失う最大の原因は歯周病です。特に40歳以降は急速に歯が失われやすくなります。この機会にぜひ受診しましょう！

★対象者

益田市に住所を有する**40歳**(S54生)・**50歳**(S44生)・**60歳**(S34生)・**70歳**(S24生)の方

★料金 **5000円**

(ただし、生活保護世帯の方は無料)

**指定医療機関変更のお知らせ**

●新規協力歯科医院

かもしま歯科(かもしま西町)  
 ☎ 32・3132

●名称変更

(変更前)  
 さいとつ歯科医院(横田町)  
 (旧斉藤歯科医院)  
 (変更後)  
 さいとつファミリー歯科  
 ☎ 25・1513

**島根県がんピアサポーター相談会**

がん治療を経験した「がんピアサポーター」が、がん患者・ご家族の不安や悩みを個別に伺います。

誰かに話すことで気持ちが軽くなることもあります。一人で抱えず誰かに話してみませんか？

**日** 毎月・第2火曜日  
 (13:00～15:00)

10月8日(火)、11月12日(火)  
 12月10日(火)、令和2年1月14日(火)、3月10日(火)

※がんサロンと同時開催ですが、相談者には個別に対応します。

**場** 益田赤十字病院  
 研修棟2階 研修室1

**申問**

島根大学医学部附属病院  
 がん患者・家族サポートセンター  
 ☎ 0853・20・2545

益田赤十字病院 医療福祉相談係  
 ☎ 22・1480



**世界糖尿病デーイベント**

in 益田

『リポート山中さんのみんなで愉快なコンサート』

**日** 11月4日(月・振)

10:00～11:30

**場** 益田赤十字病院 講堂

※参加無料・予約不要です。どなたでも、お気軽にご参加ください。詳しくは広報ますだ11月号でお知らせします。

**自死遺族 分かち合いのつどい**

大切な人を自死で突然失う衝撃。これ以上つらいことはありません。でも、どうか一人で悩まないでください。一緒に痛みを語り合いませんか…。自死遺族だけで運営し、秘密は固く守られます。

**日** 10月26日(土)

14:00～17:00

(偶数月・第4土曜日)

**場** 市立保健センター  
 (駅前ビルEAGGA2階)

**問** しまね分かち合いの会

虹(事務局:桑原)

☎ 090・4692・5960  
 (24時間対応)



健康づくりのイベント  
開催のお知らせ!

健康ますだ市21

# フェスティバル

子どもも大人もおもいきり  
健康づくり!

**日時** 11月17日(日) 9:30~13:00

**場所** 市立市民学習センター 多目的ホール 他

- 内容**
- ・ 講演会
  - ・ 「食生活」「運動」「歯科」「心の健康」に関するコーナー
  - ・ 健康チェックコーナー（血圧測定、骨密度測定、血管年齢測定など）

どなたでも  
無料で参加できます

※詳しくは広報ますだ 11月号でお知らせします!

## 健康ますだ市21 第9回 いきいきウォーク in 安田

<日 時> 10月27日(日) 小雨決行

受付 8:30 開会式 9:00 出発 9:30 ※ゴール後随時解散

<コース> ①親子コース(3.2km) ②健脚コース(6.5km)

<集合場所> 安田公民館(遠田町)

<駐車場> 安田公民館・安田小学校グラウンド(小雨の場合は、JA全農島根県本部西部家畜市場駐車場)  
※スタッフの誘導に従って駐車してください。  
※グループ等で参加される方は乗り合わせてお越しください。

<参加費> 100円(おにぎり・豚汁つき)

<申込み> 不要

<その他> タオル、飲み物など必要なものは各自でご用意ください。

<主催> いきいきウォーク in 安田実行委員会・健康ますだ市21 推進協議会運動部会

歩いたあとは、  
お楽しみ抽選も  
あります!



【問い合わせ先】 市健康増進課 ☎ 31-0214 ☎ 23-7134

10月は 臓器移植普及推進月間 骨髄バンク推進月間  
10月10日は 目の愛護デー



移植医療は、医療者と患者だけではなく、第三者の方からの善意による提供から成り立っています。



『提供したい』『提供したくない』どちらも一人ひとりの平等で大切な意思です。大切な意思を表示し、家族で話し合しましょう。

【問い合わせ先】 しまねまごころバンク(出雲市塩冶町223-7) ☎(0853)22-2556



マスコットキャラクター  
\*まごころば\*

