

高島地域センターだより



5月～6月のイベント等	
5月8日(火)	長崎県グリーンツーリズム推進協議会総会
10日(木)	特定健診（健康診査）、大腸がん検診
11日(金)	特定健診（健康診査）、胃がん・肺がん・大腸がん検診
15日(火)	映画（『百万長者と結婚する方法』）上映会
13日(日)	コスプレイベント「高島も上々！！2」
6月16日(土)	高島杯 小学生バドミントン大会

高島地域センターだより No.8
 発行日：平成30年5月1日（火）
 編集：高島地域センター
 〒851-1315 長崎市高島町1728番地1
 電話／095-896-3110（代表）

高島地域センター管内の人口
 （平成30年3月末現在）
 ■人口 374人（H29.3月末388人）
 【男 175人、女 199人】
 ■世帯数 259世帯

----- 地域センターからのお知らせ -----

特定健診（健康診査）のお知らせ

特定健診（健康診査）は、今の自分の健康状態を知り、発症するまで自覚症状のない生活習慣病の芽を見つける1年に一度のチャンス。この機会をのがさず受診しましょう。



- ◆長崎市国民健康保険ご加入のかた（40～74歳）
 特定健診を受診される際は、保険証と特定健診受診券をご持参ください。
- ◆後期高齢者医療保険ご加入のかた（75歳以上のかた、65歳以上75歳未満で一定の障害があるかた）
 後期高齢者医療の健康診査を受診できます。保険証のみご持参ください。
- ◆協会けんぽの被扶養者のかた（40～74歳）
 特定健診を受診される際は、保険証と特定健診受診券をご持参ください。

期 日	受 付 時 間	場 所	検 査 内 容	健 診 料
5月10日 (木)	9時00分～11時00分	高島ふれあいセンター	身体計測 血圧測定 尿検査 血液検査 医師による診察	無 料
	13時30分～16時00分			
5月11日 (金)	10時30分～13時00分			

※上記の期日に受診できないかたは、高島診療所及び長崎市内の医療機関（かかりつけ医等）で同様の健診が受診できます。詳しくは、広報ながさき4月号をご覧ください。

※受診券は3月末に対象者の皆さまに送付されています。紛失しないよう、大切に保管してください。地区での受診を希望されるかたで、お手元に受診券がない場合は、必ず健康保険証をご持参ください。

● お問合せ先：南総合事務所 地域福祉課 保健師まで ☎892-1113

定期的にがん検診を受けましょう！！

372,986人。この数字は、日本で1年間にがんで亡くなられたかたの数。（「人口動態統計」2016年より）がんは日本人の死因の第1位であり、死亡者数は年々増え続けています。しかし、診断と医療の進歩によって早期発見・早期治療で治せるがんも増えてきています。早期のがんは自覚症状がないことが多いため、症状がなくても定期的ながん検診を受けることが大切です。

いつまでもイキイキと健康で暮らし続けるために、年に一度はがん検診を受診しましょう。

<平成30年度 がん検診の日程>

※実施場所は全て 高島ふれあいセンター

検診名	期日	受付時間	対象年齢	検査内容	検診料
大腸がん	5月10日 (木)	9時00分～11時00分	40歳以上	問診、便潜血検査	300円
		13時30分～16時00分			
	5月11日 (金)	10時30分～13時00分			
胃がん	5月11日 (金)	10時30分～13時00分	40歳以上	問診、バリウムによる胃部X線検査	500円
肺がん	5月11日 (金)	10時30分～13時00分	40歳以上	問診、胸部X線検査	無料

※胃がん検診を受診されるかたは、前日の夜9時以降の飲食及び喫煙は不可となります。

◆ 次の方は検診料が無料となりますので、各証明書をご持参ください。

70～75歳未満のかた	高齢受給者証
75歳以上のかた	後期高齢者医療受給者証
生活保護を受けているかた	生活保護受給者証
市民税非課税世帯のかた	世帯主の市・県民税非課税証明書の写し（1通300円） ※高島地域センター窓口で発行します。

● お問い合わせ先：南総合事務所 地域福祉課 保健師まで ☎892-1113

映画上映会を開催します

今回の映画上映会では、『百万長者と結婚する方法』（1953年製作／アメリカ映画／カラー／字幕／出演：マリリン・モンローほか／上映時間：90分）を上映します。入場無料で、事前の申込みもありませんので、お誘いあわせのうえ、ぜひご来場ください。

- 日 時：5月15日（火）14時30分～16時00分
- 場 所：高島ふれあいセンター
- お問い合わせ先：高島地域センター ☎896-3110



食生活改善推進員養成講座の受講生を募集します！

生活改善推進員養成講座では、現在活動している5名の食生活改善推進員と共に、調理実習をはじめ、健康づくりに必要な知識を学び、「食で元気！食で笑顔！」の高島を目指します。年齢は問いません。男性の参加も大歓迎ですので、皆様のご応募をお待ちしております。

- 実施期間：平成30年5月から平成31年2月（全5回）
- 場 所：高島健康センター
- 応募資格：長崎市在住の方で、5回の講座を受講できる方
講座終了後、食生活改善推進員としてボランティア活動ができる方
- 申込み方法：申込み期間内に、食生活改善推進員まで直接お申込みください。
- 申込み期間：平成30年5月22日（火）まで
- お問い合わせ先：南総合事務所地域福祉課 保健師まで ☎892-1113

我が家の食卓の充実
と地域の健康づくり
のために・・・♪



コスプレイベントが開催されます！

昨年も開催されたコスプレイベントが、「高島も上々！！2」と題して今年も開催されます。昨年は約80人の参加者があり、高島地区の観光スポットや自然の中でコスプレ撮影会を行いました。その情報は現在もSNSなどで拡散されています。

今年もアニメやゲームのキャラクターに扮した「コスプレイヤー」と呼ばれる方々の写真撮影が島内で行われます。

- 日 時：5月13日(日) 13時00分～19時00分
- 場 所：高島町一帯

4月1日付の人事異動について

4月1日付の人事異動により、職員の異動がありましたのでお知らせします。

- 【転出した職員】
- 柴田 純子（南総合事務所地域福祉課、高島地区担当保健師 地域保健課へ）
16年間にわたり皆様の健康づくりのお手伝いをさせていただくことができ、心より感謝申し上げます。高島の皆様に教わったことや経験させていただいたことを心の糧に、異動先でも保健師業務に邁進していきたいと思っています。これまで大変お世話になりました。
- 【転入した職員】
- 小川 美央子（高島診療所、看護師 新規採用）
一生懸命頑張りますので、よろしくお願いいたします。
 - 石田 詩織（南総合事務所地域福祉課、高島地区担当保健師 新規採用）
今年度より高島地区担当になりました。
保健師1年目ですが、元気に頑張りますので
どうぞよろしくお願いいたします！
気軽に声をかけていただくと嬉しいです！

「平成30年度長崎県グリーンツーリズム推進協議会通常総会」が高島で開催されます！

次の日時で行われるグリーンツーリズムの取組事例の報告会については、一般参加も可能ですので、島内の皆様も是非ご参加ください。

「やったろう de 高島」の取組についても、発表があります。

- 日 時：5月8日（火）15時15分～16時40分
- 場 所：高島ふれあいセンター 多目的ホール
- お問い合わせ先：やったろう de 高島（☎896-3510）
小村携帯電話番号（090-9608-1082）

-----高島フォトダイアリー-----

◆入園・入学おめでとうございます！

4月9日(月)、高島小中学校の入学式が行われ、高島小学校に1人、高島中学校に1人が入学しました。4月10日(火)には、高島幼稚園の入園式が行われ、3歳児2人、5歳児1人が入園しました。子どもたちは、やや緊張した面持ちで式に臨み、保護者や地域の方々の祝福を受けました。心からお祝い申し上げます。



高島観光ナビでは、日々の新鮮情報を掲載しています。

右のQRコードからアクセスして、スマートフォンやタブレットからもご覧になれるので、ぜひご利用ください。

また、地域の情報や、インターネットを通じて全国に広くお知らせしたい情報などがありましたら、サイト内でご紹介することもできますので、ぜひお知らせください。



防災行政無線情報（下記に電話すると、放送された内容を自動音声で聞くことができます。）
☎ 0180-999-002（一部の電話機からは利用できない場合があります）

～ 編集後記 ～

新年度が始まって1カ月が過ぎ、ゴールデンウィークに入りました。普段できないことを思いっきり楽しんで、4月の新生活で疲れた体と心を癒しましょう。(W)