

# 高島地域センターだより



## 4月～5月のイベント等

4月 9 日(月)	高島小・中学校 入学式 (10時～)
10日(火)	高島幼稚園 入園式 (10時～)
15日(日)	ウォーキング&タラソテラピー in 高島
22日(日)	みんなで楽しく歌おう会
27日(金)	子宮がん・乳がん・大腸がん検診
5月 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

高島地域センターだより No.7

発行日：平成30年4月2日(月)

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2月末現在)

■人口 373人(H29.2月末388人)

【男177人、女196人】

■世帯数 259世帯

**防災行政無線情報 ☎ 0180-999-002**

放送された内容を自動音声で聞くことができます。

(一部の電話機からは利用できない場合があります)

## 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。保険証のみをご持参ください。
- ◆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年間にか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にか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
子宮がん	4月27日 (金)	11時00分～13時45分	20歳以上	医師による問診 視診、内診	400円
乳がん	4月27日 (金)	11時00分～13時45分	30歳から 39歳まで	医師による超音波 エコー検査、診察	900円
			40歳から 49歳まで	医師によるマンモ グラフィ検査、診察	1,500円
			50歳以上	医師によるマンモ グラフィ検査、診察	800円
大腸がん	4月27日 (金)	11時00分～13時45分	40歳以上	問診、便潜血検査	300円
	5月10日 (木)	9時00分～11時00分			
		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

※子宮がん、乳がん検診は、2年に一度受けていただく検診です。昨年受診されたかたは、今年度は検診の対象となりませんのでご注意ください。受診の有無を確認したいかたは、下記お問い合わせ先まで。

※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

# 交通費助成のお知らせ

交付を受ける際は、4月中旬に届く**引き換え用のはがき**を必ずご持参ください。  
高島島内では、高島地域センターが交付場所です。

## ○ 高齢者のかたへの交通費助成

【対象者】昭和24年3月31日以前生まれの市民（身体障害者手帳、療育手帳および精神障害者保健福祉手帳をお持ちのかたを除く。）

利用券の種類	交付場所	交付期間
① バス・電車共通 ② タクシー	高齢者すこやか支援課（市役所別館1階）、 <b>各地域センター</b> 、各地区事務所	4月11日～ 12月28日
	市内の郵便局（簡易郵便局を除く） 長与高田郵便局	4月11日～ 5月31日
船舶 （高島⇄大波止）	高齢者すこやか支援課（市役所別館1階）、 <b>高島地域センター</b>	4月11日～ 12月28日

## ○ 身体・知的・精神障害者のかたへの交通費助成

【対象者】次のいずれかに該当する市民

- ① 身体障害者手帳1～3級、療育手帳または精神障害者保健福祉手帳をお持ちのかた
- ② 昭和24年3月31日以前生まれで、身体障害者手帳4～6級をお持ちのかた

利用券の種類	交付場所	交付期間
スマートカード積み増し	長崎バス、長崎県営バス・長崎電気軌道の 各営業所窓口	4月11日～ 12月31日
	もりまちハートセンター1階	4月11日～ 12月28日
①バス ②電車 ③タクシー ④ガソリン ⑤子ども券（バス） ⑥子ども券（電車）	障害福祉課（市役所別館1階）、 <b>各地域センター</b> 、 各地区事務所、もりまちハートセンター1階	4月11日～ 12月28日
	市内の郵便局（簡易郵便局を除く） 長与高田郵便局	4月11日～ 5月31日
船舶 （高島⇄大波止）	障害福祉課（市役所別館1階）、 <b>高島地域センター</b>	4月11日～ 12月28日

- ・ 高齢者、障害者、どちらもいずれか1つの利用券（5,000円相当分）をお渡しします。
- ・ 交付時間は、8時45分～17時30分

郵便局は9時～17時。中央郵便局のみ18時まで。いずれも土・日・祝日は除きます。  
もりまちハートセンターは9時～17時。土・日・祝日も交付しますが、第4日曜日のみ  
休館です。

● お問い合わせ先：あじさいコール ☎822-8888

# 「みんなでたのしく歌おう会」が開催されます！

高島地区文化協会の“たかしま会”及び“さざ波会”主催による  
カラオケ発表会が開催されます。

入場無料ですので、当日はぜひ会場へお越しください。



♪ 特別ゲスト 歌手 中村 三郎 様 ♪ 歌 「軍艦島」など

- 日 時：平成30年4月22日（日） 開場：11時00分 / 開演：11時30分
- 場 所：高島ふれあいセンター ホール
- お問い合わせ先：たかしま会 小林 ☎896-2496

# 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・・・♪



## 長崎汽船からのお知らせ

平成30年4月2日（月）より 長崎～伊王島～高島 航路について、神ノ島への寄港がなくなります。発着時刻が変更になる便は次のとおりです。

往 航				復 航			
便	長 崎	伊王島	高 島	便	高 島	伊王島	長 崎
6	17時15分	17時42分	17時54分	1	6時27分	6時45分	7時4分

## 高島フォトダイアリー

### ◆49年間ありがとう高島体育館！ 高島杯 小学生バドミントン大会



3月3日（土）、「高島杯 小学生バドミントン大会」が開催されました。今回の大会は高島体育館が本年3月末で閉館することから、この体育館での最後のイベントとなりました。高島体育館は昭和44年4月に高島小学校体育館として建設され、本年3月末で49年になります。この間、多くの子供たちや島民に親しまれ利用されてきました。当日は久しぶりに高島体育館に多くの方が集まり、中には大人顔負けの大熱戦となる試合もあり、大歓声に包まれていました。



【編集後記】この春、卒園・卒業を迎えた皆さん、このたびは誠におめでとうございます。大きな声で返事をして、証書を受け取る子どもたちの姿にとっても感動しました。（みき）