

高島地域センターだより



5月～6月のイベント等

5月10日(金)	特定健診（健康診査） 胃がん・肺がん・大腸がん検診
5月14日(火)	映画（『シャレード』）上映会
6月15日(土)	高島杯バドミントン大会

高島地域センターだより No.20
発行日：令和元年5月1日（水）
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31年3月末現在）
■人口 369人（H30.3月末374人）
【男177人、女192人】
■世帯数 251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**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 (金)	10時30分～12時30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

※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）で同様の健診を受診できます。詳しくは、広報ながさき4月号をご覧ください。

※受診券は4月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。

期 日	受付時間	場 所	検診名	検 査 内 容	検診料
5月10日 (金)	10時30分～12時30分	高島ふれあい センター	大腸がん	問診、便潜血検査	300円
			胃がん	問診、バリウムによる胃部X線検査	500円
			肺がん	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。

◆ 次のかた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

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6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共に学び、「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。皆さんの参加をお待ちしています。



●開催日時：令和元年5月から令和2年1月（全5回） 各回とも10:00～14:00

	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回
日時	5月20日（月）	7月12日（金）	9月2日（月）	12月16日（月）	令和2年 1月17日（金）
調理 実習	生活習慣病予防 を意識したお弁 当	野菜嫌いの子で も食べられる料 理・おやつ	塩分控えめ でも美味しく食 べられる料理	手軽にできるお正 月料理	カルシウムたっ ぷりの料理

●場 所：高島健康センター（高島診療所横）

●応募資格：長崎市在住で、5回の講座を受講できるかた
講座終了後、食生活改善推進員としてボランティア活動
ができるかた

※ 欠席された場合は、別日の活動に参加できます。

●お申し込み：5月13日（月）までに下記までご連絡ください。

南総合事務所地域福祉課 保健師 石田 ☎892-1113

我が家の食卓の充実
と地域の健康づくり
のために・・・♪



映画上映会を開催します

今回の映画上映会では、『シャレード』（1963年製作／アメリカ映画／カラー／字幕／出演：ケーリー・グラントほか／上映時間：113分）を上映します。入場無料で、事前の申込も必要ありませんので、お誘いあわせのうえ、ぜひご来場ください。

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

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】
- 近藤 直樹（東部環境センターへ）
2年半の間、大変お世話になりました。高島の皆さんの地域に寄せる「思い」は、島を離れた今も忘れることはありません。ありがとうございました。
 - 中村 太（自治振興課へ）
7年間、高島町の皆様には、公私共々お世話になり、本当にありがとうございました。新任地におきましても、安全安心なまちづくりのため、今まで以上に業務に励みたいと思いますので、今後とも変わらぬご指導ご交誼の程よろしく申し上げます。
- 【退職した職員】
- 時田 英治
3月末で高島地域センター勤務を最後に定年退職しました。
4月からは中央総合事務所の地域整備1課で再任用職員として勤務しています。
生まれも育ちも高島の私にとって、定年前の3年間を高島で勤務させていただき、本当に幸せでした。
これからも高島応援団の一員として、ふれあい運動会やイベントには参加しますので、よろしく申し上げます。
- 【転入した職員】
- 淀川 泰英（もみじ谷葬斎場から）
4月1日から、高島地域センター所長兼高島国民健康保険診療所長として赴任しました。高島いやしの湯のお風呂が大好きです。よろしく申し上げます。
 - 村山 康博（資産経営室から）
4月より、1年半ぶりに高島地域センターに戻って来ました。これまでの経験を生かし、高島のために頑張りますので、以前同様よろしく申し上げます。
 - 田平 光幸（南総合事務所地域整備課から）
※ 編集後記をご覧ください。

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）

高島診療所の平日夜間の救急診療について

平成31年3月31日付で、高島診療所の川口医師が退職されました。現在、代替医師による診療を行っていますが、月曜日から木曜日までの夜間は、医師不在のため診療ができません。救急の場合は119番に電話してください。

----- 高島フォトダイアリー -----

◆がんばれ！新1年生

高島小中学校入学式

4月9日（火）、高島小中学校の入学式が行われ、小学1年生2人、中学1年生1人が式に臨みました。先生がたや在校生、来賓の皆さんに迎えられた新入生の皆さんは、やや緊張の面持ちで、校長先生やPTA会長、上級生からのあいさつを熱心に聞いていました。



◆4人のお友だちが増えました！

高島幼稚園入園・入室式

4月10日（水）、高島幼稚園の入園・入室式が行われました。式には来賓や保護者の皆さんに加え、地域のかたがたも多数出席し、4人の新入園・入室の皆さんをお祝いしました。晴れの日を迎えた4人の皆さんは、ばら組・ひまわり組の皆さんから「幼稚園は楽しいよ！なかよくしようね！」と歓迎のあいさつを受けると、新しく始まる幼稚園での生活を楽しみにしている様子でした。



◆おはなし楽しいね！「子ども読書の日」

4月23日（火）、「子ども読書の日」にちなみ、高島幼稚園でおはなし会が行われました。

おはなし会には高島小学校の1・2年生の皆さんも招かれ、幼稚園の園児の皆さんと一緒に、絵本「はらぺこあおむし」の読み聞かせを楽しみました。

参加した皆さんは、永留美由紀さんが楽しく読んで聞かせる「はらぺこあおむし」を、目を輝かせて聞いていました。

《編集後記》

1年半ぶりに高島地域センター勤務となり、また「高島地域センターだより」の編集を担当させていただくことになりました。これまで同様、住民の皆さまのお役に立つ紙面づくりに努めてまいりますので、よろしくお願いいたします。（たみ）