

肝炎ウイルス検診のお知らせ

保健センター ☎ (93) 8300

我が国の肝炎（ウイルス性肝炎）の感染者は、B型とC型合わせて約300万人存在すると推定されていますが、感染時期が明確ではないことや自覚症状がないことが多いため、適切な時期に治療を受ける機会がなく、本人が気づかないうちに肝硬変や肝がんへ移行する感染者が多く存在することが問題となっています。肝炎ウイルス感染の早期発見・早期治療のためにぜひご利用ください。

▼実施期間

7月1日（水）～10月31日（土）

（各医療機関診療時間内）

▼実施場所

扶桑町・大口町委託医療機関

▼対象者

町内在住の今年度40歳になられる方
 ※対象者には、検診票を郵送します。
 ※41歳以上の方で、一度も肝炎ウイルス検診を受けたことが無く、検診をご希望の方はお問い合わせください。

▼検診内容

問診、C型肝炎ウイルス検査及びH B s 抗原検査（採血検査）

▼費用 無料

あいち健康マイレージに

参加してみませんか

保健センター ☎ (93) 8300

「健康マイレージ」は皆さんの主体的な健康づくりを応援するために愛知県と市町村が協働で実施している事業です。

▼対象者

扶桑町に在住、在勤の18歳以上の方

▼マイレージ獲得方法

① チャレンジポイント

食事や運動、禁煙など自分自身で取り組む健康づくりの内容を決めて、実践し、マイレージをためましょう。およそ40日間実践します。（40ポイント）

② 健診（検診）ポイント

特定健診、がん検診、人間ドック、歯科健診等、1年以内に受けた健診（検診）の結果、どれか1回分を提示します。

①、②のマイレージポイントが貯まったら愛知県の協力店で様々な特典がうけられる「あいち健康づくり応援カード！〜まいか」（優待カード）と交換できます。

今だからこそ自宅でできる運動や食事改善など健康づくりに取り組んで、健康とお得をゲットしてみませんか。

扶桑マイレージチャレンジシートは保健センター、役場などの公共施設窓口に設置しています。また、扶桑町ホームページでもダウンロードできます。詳しくは扶桑町ホームページまたは保健センターまでお問い合わせください。

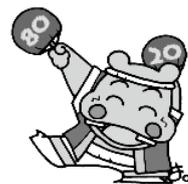
はちまるくん日より

「ガムを噛んでストレス解消」

大山扶桑歯科医師会

プロスポーツの選手たちが試合に臨むとき、口の中でガムを噛んでいる姿をTVなどで目にします。プレーヤーたちは噛むことによつて、緊張感やストレスを解消してリラックスします。しっかりと噛むことで、脳内に緊張を和らげる化学物質が増加し、ストレスによる不安などを抑えてくれることが分かっています。一見行儀が悪いように感じられますが、意味があるのです。私たちも緊張したりイライラしたりした時には、ガムを噛んでストレスを解消しましょう。古くは湾岸戦争に従事した米軍兵士の携帯必需品の一つにガムがあり、強い恐怖心を抑制したことも有名な話です。ストレス刺激があると脳内にドーパミンという物質が増加しますが、噛むことでドーパミンは減少してゆきます。誰でも経験するストレスを上手に回避することは生活の知恵であります。「ヤケ食い」もストレス解消に役に立ちますが得てして「大食い」となり胃腸障害や肥満につながるためにお勧めできません。

（注）この項は「咬む」ではなく「噛む」を意識的に使っています



皆様の満足された笑顔が、わたしのやりがいです！

相続 遺言 不動産売買

司法書士・行政書士・不動産仲介業

石原事務所

☎0568-61-0985

〒484-0059 犬山市上坂町五丁目 200 番地

＜受付時間＞ 平日午前9時から午後6時まで

ホームページQRコード

防災・防犯も CCNet

安全・安心チャンネル

123ch

7月から放送スタート!!

お問合せ・取材情報は
CCNet コールセンター

☎0120-441061(9:00～18:00日・祝除く)

この欄は「広報ふそう」有料広告欄です。広告の内容に関する問い合わせは、直接広告主へお願いします。