

●たかさご ●うぶごえ —♣男の子♥女の子— ●おくやみ

岩本 和光  
奥本可奈子  
松本 直樹  
木村 光恵  
大塚 龍一  
参鍋 春香

♣上見 龍星 (幸男 梨沙) 内子10  
♣増井 燈真 (絢基 清美) 内子19第2  
♥西本 結和 (和倫 麻依) 宿茂  
♥河田 唯愛 (賢二 恵里子) 田中  
♥小野 葵 (栄太 翔子) 田中

●まちな人口  
28年5月1日現在  
( )内は前月比

人口  
17,352人(△25)  
男性 8,307人(△10)  
女性 9,045人(△15)  
世帯数  
7,250戸(+7)

♣金井 颯真 (祐樹 円香) 本町1  
♣山田 彩仁 (史郎 麻里子) 石畳9  
♣岡田 遥仁 (敏嘉 菜央) 岡第2

近藤 文雄 (87) 内子18第1 武岡 久元 (74) 立川中央  
児玉スエ子 (98) 内子18第1 山崎伴太郎 (90) 大久喜  
平井剛之助 (84) 内子19第2 黒田シゲ子 (91) 天地  
泉 久子 (87) 内子20 吉岡 勇 (94) 西沖  
藤山ミサヲ (100) 内子21 山根ウメ子 (84) 柿原  
日野キヨ子 (88) 松尾 瀧宮ヤス子 (74) 成内  
山内 進 (74) 田中 藤村ヤスエ (104) 寺成  
武田タツエ (96) 護国 増田 金廣 (87) 上川西  
金高モミエ (86) 長田 上岡 政高 (90) 立石  
松本 義忠 (82) 本町3 久保サヲリ (90) 中通り  
瀧本美津江 (79) 程内

●まごころ銀行 皆様から寄付をいただきました。心からお礼申し上げます。 内子町社会福祉協議会

平井サチコ様 (内子19第2) 武田 政男様 (護国)  
泉 富浩様 (内子20) 和田みどり様 (和田)  
藤山 貞義様 (内子21) 靄原 重貴様 (柿原)  
梶間 和子様 (松尾)

## 年に1回は、必ず健康チェックを

### 《特定健診で生活習慣病予防》

特定健診は、メタボリックシンドローム(以下、メタボ)をはじめ、生活習慣病予防のための健診です。自覚症状のないまま進行するから怖い、生活習慣病。定期的に健診を受診することが大切です。

腹囲が男性で85㎝以上、女性で90㎝以上の方は内臓脂肪型肥満といわれます。それに加えて次の①~③に当てはまる人は注意が必要です。

- ①血圧が高い (高血圧)
- ②血糖が高い (高血糖)
- ③中性脂肪が高い、HDL コレステロールが低い (脂質異常)

内臓脂肪型肥満に加えて、①~③のうち2項目以上が当てはまれば「メタボ」、1項目当てはまれば「メタボ予備軍」です。メタボは血管の老化

を早め、心臓病や脳卒中といった命にかかわる病気の重大なリスクです。

### 《がん検診で早期発見》

がんは、日本人の死亡原因の1位を占める病気です。男女とも肺がんや大腸がんが増え、女性では乳がん、男性では前立腺がんが増えています。これは高い喫煙率、食生活の変化、高齢化などが主な要因です。しかし、早期に発見・治療すれば治るがんも増えています。生活習慣を見直し、がん検診を定期的を受診して、自分の命を守りましょう。

- ◎日本人のためのがん予防法
- ・禁煙、節度のある飲酒をする
- ・バランスの良い食事にする
- ・週に1回は活発な運動をする
- ・適正体重を維持する

## 7月の相談日・救急当番医

### ●年金1日相談

日時：26(火)の午前10時~午後3時30分  
場所：内子町商工会 ※出張相談は予約制です。  
予約・問い合わせ：松山西年金事務所  
☎089(925)5110

### ●行政相談

日時：12(火)の午前9時30分~正午  
場所：町民会館/内子分庁/林業センター  
問い合わせ：総務課 ☎0893(44)6150

### ●心配ごと相談

日時：12(火)の午前9時30分~正午  
場所：内子分庁  
※心配ごと相談は予約制です。前日までに電話でお申し込みください。  
問い合わせ：内子町社会福祉協議会 ☎0893(44)3820

### ●人権相談

日時：12(火)の午前9時30分~正午  
場所：五十崎自治センター  
問い合わせ：住民課 ☎0893(44)6152

### ●小児在宅当番医

日	医院名	電話番号
3(日)	おおむら小児科(内子町)	0893(44)7117
10(日)	八幡浜急患センター	0894(24)1199
17(日)	守口小児科(八幡浜市)	0894(24)7770
18(月)	大洲ななほクリニック	0893(25)7710
24(日)	山下小児科(西予市)	0894(62)6801
31(日)	ごとう小児科(大洲市)	0893(23)0510

※けがなどの外科治療は、救急病院をご利用ください。

### ●大洲喜多休日夜間急患センター

診療科目	診療時間	電話番号
内科	○平日・土曜日： 午後8時~11時	0893(23)1156
	○日曜日・祝日： 午前9時~午後6時	

### ●救急病院

日	病院名	電話番号
月・火	市立大洲病院	0893(24)2151
水	加戸病院	0893(44)5500
木	日中：大洲記念病院	0893(25)2022
	夜間：市立八幡浜総合病院	0894(22)3211
金・土・日	大洲中央病院	0893(24)4551

## 7月の健康カレンダー

### ●成人保健

#### 乳がん検診(マンモグラフィ)

日	時間	場所
4(月)	午前9時~11時30分	内子保健センター
6(水)	午後1時~3時30分	

#### 各種検診(特定健診・胃がん・大腸がん・肺レントゲン・前立腺がん・腹部超音波)を行います

日	場所	上記以外に実施する検診
4(月)	うちこ福祉館	
5(火)	内子東自治センター	肺CT、子宮がん
6(水)	内子保健センター	肺CT、子宮がん
7(木)	内子保健センター	肺CT、子宮がん、乳超音波
8(金)	内子保健センター	肺CT、子宮がん
20(水)	森の里研修センター	子宮がん
21(木)	参川地区体育館	子宮がん
22(金)	立石自治会館	
25(月)	小田保健センター	肺CT、子宮がん、乳超音波
26(火)	五十崎風物館	
27(水)	五十崎自治センター	肺CT、子宮がん、乳超音波
28(木)	五十崎自治センター	子宮がん
29(金)	五十崎自治センター	子宮がん

◎各種検診の受付時間は午前8時30分~11時30分。  
(子宮がんは午後1時~2時、乳超音波は午前8時30分~11時30分、午後1時~2時)

◎成人保健の各種検診を希望する人は、必ず地域医療・健康増進センターにお申し込みください。後日、問診票などを送ります。

### ●母子保健

#### 育児相談

日	受付時間	場所	対象
1(金)	午前9時30分~10時30分	内子保健センター	乳幼児
11(月)		五十崎保健センター	
12(火)		小田保健センター	

#### 乳児健康診査

日	受付時間	場所	対象
12(火)	午後1時~1時15分	内子保健センター	27年10・11月生まれ

#### 離乳食教室

日	受付時間	場所	対象
21(木)	午前9時45分~10時	内子保健センター	28年1・2月生まれ

#### 【申込・問い合わせ】

地域医療・健康増進センター(保健センター)  
☎0893(44)6155