

●たかさご ●うぶごえ —♣男の子♥女の子— ●おくやみ

- 頼本 貴哉
 山崎由梨絵
 ♣佐々木綾牙 (龍之介 亜美) 松尾
 ♣森本 大翔 (一豊 沙織) 松尾
 ♥露成 美月 (弘一 美恵) 田中
 ♥橋本 奈々 (啓二 茜) 田中
 ♥福積 あみ (宏樹 美菜) 乙成
 ♥山田 夢々 (敏直 光恵) 古田
 ♣高松 滯 (克明 渚) 西沖

●まちの人口 (26年4月1日現在/()内は前月比)

- ・人口 17,916人 (△71)
 [男性 8,531人 (△37)
 女性 9,385人 (△34)]
 ・世帯数 7,276戸 (△4)

6月の相談日・救急当番医

●社会保険1日相談
 日時：10(火)・20(金)の午前10時~午後3時30分
 場所：内子町商会
 ※出張相談は予約制です。予約の際に基礎年金番号をお知らせください。
 予約・問い合わせ：松山西年金事務所 ☎089(925)5110

●行政相談
 日時：10(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：10(火)の午前9時30分~正午
 場所：内子分庁
 問い合わせ：内子町社会福祉協議会 ☎0893(44)3820

●人権相談
 時間：2(月)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
1(日)	みかんこどもクリニック(八幡浜市)	0894(20)8800
8(日)	亀井小児科(大洲市)	0893(24)3757
15(日)	八幡浜急患センター	0894(24)1199
22(日)	おおむら小児科(内子町)	0893(44)7117
29(日)	守口小児科(八幡浜市)	0894(24)7770

※変更になる場合がありますので、役場までご確認ください。

●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 ○日曜日・祝日： 午前9時~午後6時	0893(23)1156

●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

- 祖母井 猛(93)内子13
 森山 利行(81)下立山
 谷口 一(73)内子18第1
 竹岡トシ子(83)黒内坊
 山口キミエ(90)松尾
 土居 功登(83)古田
 毛利 弘衛(91)田中
 宮岡 薫子(66)東沖
 木村 直子(92)富中
 久保貴世子(78)谷
 上田ツユ子(94)和田
 松岡ユリ子(89)上川中
 高池 安彦(90)中野
 河野タクミ(95)上川上
 正岡 絹子(80)江子
 平岡 幸久(73)新田第2
 高松 満美(93)上立山
 梅川 時男(58)掛橋

●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

- はが 芳我 明彦様(内子11) 篠崎 勝様(論田3)
 谷口 利代様(内子18第1) 西本 和明様(石畳8)
 佐伯 実様(徳積) 上田 照康様(天地)
 永岡 秀行様(日之地) 松本 浩二様(柿原)
 高松 誠一様(上立山) 東 忠明様(森)
 森山 利範様(下立山) 西岡 裕二様(立石)
 近井 典宏様(論田2) 山下 弘子様(立石)

5月31日は「世界禁煙デー」

世界保健機関(WHO)では毎年5月31日を「世界禁煙デー」とし、世界中でたばこのない社会の実現を呼びかけています。

喫煙による健康被害

たばこは、肺がんや心疾患をはじめとする、さまざまな病気の危険度を高め健康に悪影響を及ぼします。また高血圧や脂質異常、高血糖などの生活習慣病の進行を早め、動脈硬化を促進させます。動脈硬化が進行すると心臓病や脳卒中などの死に至る病気を引き起こします。

非喫煙者と比べた喫煙者の死亡の危険度は、肺がんは男性4.8倍、女性3.9倍。心疾患は男性が2.

2倍、女性3.0倍となっています。女性は早産や流産の危険が高まるほか、子どもが低出生体重児になりやすいという報告もあります。

誰でもたばこは止められます

禁煙の方法は、①冷たい水や温かいお茶を少しずつ飲む②深呼吸をする③身体を絶えず動かす④歯を磨く⑤趣味などに没頭する⑥野菜を多くとる⑦お酒の席に気を付ける⑧たばこの煙を避ける⑨「もう1分間だけ吸うのを待つ」と自分に言い聞かせる——です。ニコチンガムや医師が処方するニコチンパッチなどを使用することで、禁煙の成功率はさらに高まります。ぜひ試してください。

6月の健康カレンダー

●母子保健

育児相談

日	時間	場所	対象
2(月)	午前9時30分~10時30分	五十崎保健センター	乳幼児
3(火)		内子保健センター	
5(木)		小田保健センター	

1歳6カ月児健康診査

日	受付時間	場所	対象
6(金)	午後1時~1時15分	内子保健センター	24年10・11月生まれ

3歳児健康診査

日	受付時間	場所	対象
4(水)	午後1時~1時15分	内子保健センター	23年4・5月生まれ

1歳Comeかむ教室(むし歯予防教室)

日	受付時間	場所	対象
12(木)	午前9時30分~10時	内子保健センター	25年4・5月生まれ

●成人保健

胃がん検診

日	時間	場所
20(金)	午前8時30分~10時	立川小学校
23(月)	午前8時30分~10時30分	大瀬小学校

対象者/料金

- 胃がん検診
40歳以上の人/1,200円(70歳以上無料)

特定健診・後期高齢者健診・大腸がん検診・肝炎ウイルス検診・肺がん(結核)検診・前立腺がん検診

日	時間	場所
17(火)	午前9時30分~10時30分	論田自治会館
	午後1時~2時	立川自治会館
18(水)	午前9時30分~10時30分	和田自治会館
	午後1時~2時	川登自治会館
19(木)	午前9時30分~10時30分	河内自治会館
	午後1時~2時	石畳自治会館
20(金)	午前8時30分~10時	立川小学校
	午後1時~2時	長田自治会館
23(月)	午前8時30分~10時30分	大瀬小学校
	午後1時~2時	御祓自治会館
24(火)	午前9時30分~10時30分	池田自治会館
	午後1時~2時	村前自治会館
25(水)	午前9時30分~10時30分	程内自治会館
	午後1時~2時	程内自治会館

対象者/料金

- 特定健診
40~74歳の内子町国民健康保険加入者/1,000円
- 後期高齢者健診
75歳以上の人、65歳以上で障がいのある人/無料
- 大腸がん検診
40歳以上の人/500円(70歳以上無料)
※25年度中に40、45、50、55、60歳になった人は無料
- 肝炎ウイルス検診
40歳以上の人/800円
- 肺がん検診
40歳以上の人/700円(喀痰800円、70歳以上無料)
- 前立腺がん
50歳以上の男性/1,000円

【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