

健康ポイント
対象

健(検)診を受けましょう

※特に表記のない場合、令和2年3月31日現在の年齢です。

種類	とき・ところ	検査項目	申込先
センター健診 (対象:18歳以上の人)	とき 1月8日(水)、10日(金)、18日(土)、 23日(木)、27日(月)、30日(木) 2月1日(土)、5日(水)、10日(月)、 13日(木)、14日(金)、18日(火)、 19日(水)、21日(金)、26日(水)、 27日(木)、28日(金) ところ 加古川総合保健センター	特定健診、肺がん(結核)(X線・CT)・胃がん(X線・内視鏡)・大腸がん・前立腺がん・子宮がん・乳がん(マンモグラフィー・超音波)・骨粗しょう症・肝炎ウイルス検診、胃がんリスク検査(ABC分類)	下線の日には加古川総合保健センターへの送迎車を運行します。12:30稲美町役場発 ※送迎の利用は予約が必要です。
巡回セット健診 (対象:18歳以上の人)	とき 1月22日(水) 2月20日(木) ところ 総合福祉会館	特定健診、肺がん(結核)(X線)・胃がん(X線)・大腸がん・前立腺がん・骨粗しょう症・肝炎ウイルス検診、胃がんリスク検査(ABC分類)	加古川総合保健センター ☎429-2923
子宮がん個別検診 (対象:18歳以上の人) (2年に1度)	2月29日(土)まで ところ 稲美町・加古川市内の協力医療機関	子宮頸部がん (体部がんは医師が必要と認められた人のみ)	

検査項目により、対象年齢などが異なりますので、詳しくは健康福祉課へお問い合わせください。
 ※生活保護法による被保護世帯、または町民税非課税世帯の人は一部の検診料金が免除されます。受診される1週間前までに印かんをお持ちのうえ、健康福祉課へお越しください。
 ※予約状況により、ご希望に沿えない場合があります。ご了承ください。

がん検診“無料クーポン券”をご利用ください!

健康ポイント
対象

令和元年6月中旬に、肺・胃・大腸がん・子宮頸がん・乳がん・肝炎ウイルス検診の無料クーポン券を、それぞれ対象となる人に郵送しています。
 まだ受診をしていない人は、早めの予約をお願いします。

- 【対象】**
- ①肺・胃・大腸がん：稲美町国民健康保険に加入している人のうち、令和元年度に40～64歳になる人
 - ②子宮頸がん：20歳
 - ③乳がん：40歳
 - ④肝炎ウイルス：40・45・50・55・60歳
(②～④は平成31年4月1日現在の年齢)

【有効期限】 2月29日(土)まで
【問合せ先】
 ① 住民課 保険年金係 ☎492-9135
 ②③④健康福祉課 健康推進係 ☎492-9138
【申込先】 加古川総合保健センター
 ☎429-2923



第8回 市民健康フォーラム

生活リズムを考えよう!!

～ストレス軽減・適切な睡眠習慣～

とき 1月25日(土) 14:00～16:00
 ところ 加古川総合保健センター(ウェルネージかこがわ)
 JR 加古川駅北側 1階ウェルネージホール
 司会 森 隆志 氏 (東加古川病院)
 講師 「マインドフルネスで不安と上手につき合う」
 玉田 泰明 氏 (東加古川病院)
 「もう夜は怖くない?不眠症の理解と生活改善」
 豊田 裕敬 氏 (とよだクリニック)
 ※参加無料(申込不要) ※手話通訳あり
 問合せ先 加古川医師会
 ☎421-4301 FAX421-4303

加古川夜間急病センター ☎431-8051 (年中無休)	診療時間 内科 21:00～翌朝6:00 小児科 21:00～24:00	※いずれも急患を受け付けますので、不急の人はご遠慮ください。
加古川歯科保健センター ☎431-6060	診療日 日曜日、祝日、年末年始 診療時間 9:00～12:00(受付は11:30まで) 13:00～17:00(受付は16:00まで)	
東播磨圏域小児救急医療電話相談 ☎078-937-4199	子どもの急な病気やけがなどの相談に看護師等が応じます。 相談時間 20:30～23:30(毎日)	
兵庫県子ども医療電話相談 ☎078-304-8899 (プッシュ回線 #8000)	相談時間 平日、土曜日 18:00～翌朝8:00 日曜日、祝日、年末年始 8:00～翌朝8:00	

※年末年始の救急当直表は、広報いなみ1月号と一緒に配布しておりますチラシまたは町ホームページをご確認ください。

「みんなが主役 取り組もう!!ごみ減量とリサイクル」

可燃ごみ減量と資源化に向け、多くの古紙類・布類の分別収集にご協力いただいておりますが、まだ可燃ごみの中には、リサイクル可能な紙ごみが多く混ざっています。

可燃ごみの中でも、古紙類は4割以上と大きな割合を占めており、この古紙類の分別を行うことは可燃ごみ減量に効果的です。また、古紙類の中でも特に可燃ごみの中に混ざってしまいやすいものが「雑がみ」です。

●雑がみ

以下のようなものが、雑がみ(新聞・雑誌・ダンボール・飲料用パック以外の紙ごみ)です。雑がみは、大きい紙はまとめてひもでしばって出し、小さい紙は古い封筒や古い紙袋に入れて出してください。

※どんなものが「雑がみ」?



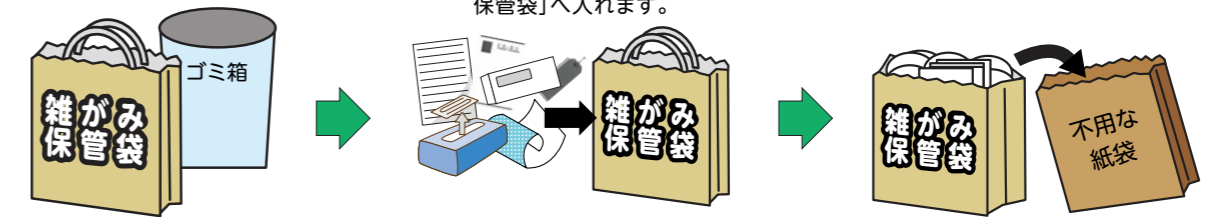
【注意】古紙類として回収できないもの

汚れている紙類、コーティングされているもの(金・銀・フィルム・ワックスなど)、ビニール加工紙、ティッシュペーパー、キッチンペーパー、臭いのついた紙(線香の紙箱など)、紙おむつ、圧着はがき、写真、感熱紙、カーボン紙(領収書など)、のり付きラベルなどは、可燃ごみとして出してください。

雑がみの保管方法(分別方法)

○雑がみ保管袋を使った分別方法

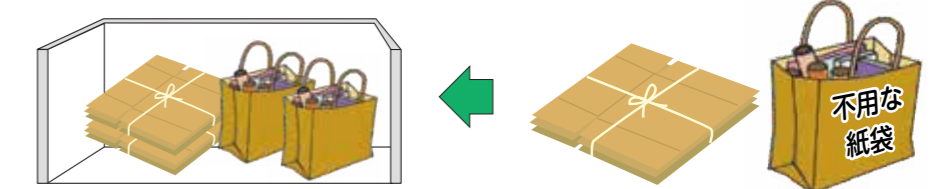
- ①ごみ箱の横に「雑がみ保管袋」を置いておきます。
- ②メモ用紙・コピー用紙・はがき・ティッシュの箱・包装紙など分別した雑がみを「雑がみ保管袋」へ入れます。
- ③雑がみでいっぱいになれば、雑がみ保管袋から家庭にある不要な紙袋に移し替えます。



※古紙類は資源ごみのステーションのみで回収しています。ご注意ください。

⑤地域の集団回収や、町の古紙類収集日(月2回)に出してください。

④紙袋をひもでしばります(大きい紙は、まとめてひもでしばって出してください)。



※雑がみ保管袋がない場合は、不要な紙袋などをゴミ箱の横に置いておくだけで分別することができます。可燃ごみに混ざりやすい雑がみを分別し、さらなる可燃ごみ減量にご協力ください!!