

保健メモ

保健センター ☎23・1133

健康づくりの第一歩は「健診」から!

健診は、自覚症状の少ない体の異常を早期に見つけることと自分の健康状態を知るという目的があります。病気の兆候や病状の重さを判断するふるいわけ検査です。検査で異常があった場合には、精密検査を受けることが必要です。

検査で行われる主な検査

基本健康診査

- 問診 ▼ 病歴や生活習慣、体調などを聞きます
- 理学的検査 ▼ 聴診、打診、触診などを行います
- 身体計測 ▼ 身長、体重、肥満傾向などを調べます
- 尿検査 ▼ 尿たん白、糖、潜血の有無などを調べます
- 血液検査 ▼ 総コレステロール、GOT/GPT、赤血球数、血色素、血糖、クレアチニンなどを調べます
- 血圧測定 ● 心電図 ● 眼底検査 など

自分の健康づくりのために健診を上手に活用しましょう。

まだ申し込みをされていない方はすでに配布してある「健康診査申込書」を提出しましょう。

肝炎ウイルス検査を受けましょう

基本健診に併せて肝炎ウイルス検査を実施します。対象者は次のとおりです。

- ① 15年3月31日現在、40・45・50・55・60・65・70歳の人
- ② 過去に肝機能異常を指摘された事のある人や広範な外科的処置を受けたことのある人

※肝炎で治療中の人やGPT値により要医療とされた人、過去に肝炎ウイルス検査を受けたことのある人については該当しません。



骨粗しょう症検査 (女性のみに)

がん検査

肝炎ウイルス検査

図書館だより
市立図書館 tel 26-5123

6月のアニメ上映会 (視聴覚室・入場無料)

150インチの大型スクリーンによる映画の上映会です。

- 6/7 (土) 13:30~ 「キャプテン翼 (危うし! 全日本Jr)」(60分)
- 6/14 (土) 13:30~ 「アヒルのペックルの水泳大会は大騒ぎ」(20分)
- 6/28 (土) 13:30~ 「それいけ! アンパンマン (バイキンマンと3ばいパンチ)」(30分)



としかんおはなしの森 (展示室)

とき 6/14 (土) 15:00

紙芝居の会 (展示室)

とき 6/7 (土) 15:00

絵本を楽しむ会 (展示室)

とき 6/21 (土) 15:00

おはなしの会 (展示室)

とき 6/19 (木) 10:00

としかんたまごの会 (展示室)

とき 6/28 (土) 15:00

とき 6/27 (金) 10:30

● 新着図書 (一部)

「ザエクスレントカンパニー」高杉良、「エクスタシー」高樹のぶ子、「PAY DAY!!!」山田詠美、「歓喜の歌」山川健一、「空のレンズ」片山恭一、「自分だけのソファの探し方」秋元康、「欠陥住宅物語」齋藤綾子、「十一月の少女」森内俊雄、「パン

ザイラン」福野礼一郎、「ほんまにどないなつとんねん」玄月、「秋に墓碑を」大沢在昌、「プレイ(上・下巻)」マイクル・クライトン、「テリーの恋」アラン・ギボンズ、「日本経済破綻」須田慎一郎、「旅に出たくなる地図 世界編」帝國書院、「ビッグ・ファット・キャットとゴースト・アベニュー」向山貴彦、「恋愛科学的就職内定術」藤田徳人、「今がどん底這い上がるしかないじゃないか」落合信彦、「法律のカバチタレ」田島隆、「ビジネスすぐ使える便利事典」主婦と生活社、「決定版 赤ちゃん・子ども病氣百科」主婦の友社 ほか

移動図書館車

「ぐるブック号」運行中!

6月の休日	館日
2日(月)	
4日(水)	
9日(月)	
16日(月)	
23日(月)	
30日(月)	

表紙の説明

長門市らしい街並み景観を住民と行政が一緒に考えようと今年3月に発足した「長門地区まちなみづくり検討会」主催のまちなみウオッチングが4月25日、仙崎地区で行われました。約50人の参加者は4グループに分かれ、街並み景観を形成する道路や建物、案内標識等のデザインなどについてチェックし、意見を出し合いました。

次回は、児童、生徒が参加できる夏休み中に長門市駅周辺で開催される予定です。



市の人口

(5月1日現在)

面積	152.40 km ²
人口	23,943人 (+61)
男子	11,120人 (+44)
女子	12,823人 (+17)
世帯数	9,115世帯 (+67)
() 内は前月比	

(この広報紙は、再生紙を使用しています。)