

# Health Guide

健康  
ガイド

## 加齢性難聴

⚠️ こんな症状がある方は

- 話し声が聞き取りにくい
- 話し声が大きいと指摘されたことがある
- 玄関のチャイムなどが聞こえない時がある
- 車が近づいても気が付かない

もしかしたら **加齢性難聴** かも…!?  
医療機関を受診し、必要であれば補助器具の使用を検討しましょう。

### 「聞こえ」を助ける補助器具

#### 補聴器

聴力を補って聞こえやすくする医療機器

#### 集音器

音を集めて全ての音を大きくする家電製品

それぞれの特徴を理解し、医師の指導のもと、自分に合ったものを選ぶことが大切です。

気になる症状がある場合は耳鼻科にご相談ください



問い合わせ先 保健推進課 28-6054

## ⚠️ 熱中症に注意



- ・適切にエアコンを使う
- ・こまめに水分・塩分を補給する
- ・規則正しい生活を心がける
- ・熱中症予防の声をかけ合う

問い合わせ先 保健推進課 28-6054

## 7・8月は愛の血液 助け合い運動月間



夏は献血者が減り、輸血用の血液が不足しがちです。献血車を見かけたら、献血にご協力ください。



問い合わせ先 四国中央保健所 23-3360

## 知っ得!ゼミ 健康づくりサポーター養成講座 受講生大募集 (予約制)

8/20(火) 13:30~15:00  
保健センター

¥0  
FREE

内容 Let's music!  
「音楽で心に癒しを」

定員 50人

講師 NPO 法人 カノン



予約・問い合わせ先 保健推進課 28-6054

## からだところの 健康相談 (予約制)

¥0  
FREE

8/6(火) 9:00~11:00  
保健センター

内容 健康相談、血圧測定、  
血管年齢測定  
体脂肪測定 など

対象 市内在住



予約・問い合わせ先 保健推進課 28-6054

## 毎年7月28日は世界肝炎デー 肝炎ウイルス検診を受けよう

ウイルス性肝炎は、放置すると「肝硬変」や「肝がん」へと進行することがありますが、早期発見・早期治療で症状の進行を抑えることができます。ぜひこの機会に、肝炎ウイルス検診を受けましょう。

問い合わせ先 四国中央保健所 23-3360

## 応募者募集 元気歯つらつコンクール

県と県歯科医師会では、満80歳以上で、自身の歯が20本以上ある方を表彰しています。

対象 過去に受賞歴がなく、表彰式に参加できる健康状態の方

申込期限 8/16(金)

申込方法 電話で申し込み

問い合わせ先 四国中央保健所 23-3360

## 夏休みを利用して 予防接種を受けよう!

¥0  
FREE

定期予防接種は対象年齢を過ぎて接種すると**全額自己負担**となります。

母子健康手帳を確認し、接種できていない予防接種があれば、かかりつけの医療機関などで早めに受けましょう。

詳しくはこちら▼



問い合わせ先 医療対策課 28-6209

## 早期発見・未来を守る 個別検診



### 子宮頸がん検診



対象 20歳以上の女性  
費用 1700円

### 乳がん検診



対象 40歳以上の女性  
※2年に1回  
費用 3500円

### 歯周病検診



対象 20~74歳の方

¥0  
FREE

※いずれの検診も、市の指定する医療機関で受診してください  
申し込みは二次元コードまたは電話から

問い合わせ先 保健推進課 28-6054

## 簡単にできる口腔機能チェック お口の健康教室

¥0  
FREE

7/24(水) 13:30~15:00  
川之江ふれあい交流センター  
申込期限 7/17(水)

8/1(木) 13:30~15:00  
長津公民館

申込期限 7/25(木)

【各回共通】

対象 市内在住で65歳以上の方  
講師 歯科医師、歯科衛生士、言語聴覚士



予約・問い合わせ先 地域包括支援センター 28-6147