


**はたちの献血キャンペーン**

毎年1・2月は「はたちの献血キャンペーン」として、「はたち」の若者を中心に広く県民の皆さんに献血を呼び掛けています。

冬は献血者が減り輸血用血液が不足しやすい季節です。みんなで協力して献血の輪を広げましょう！

**誰かの今をつないでいく。**

**はたちの献血**

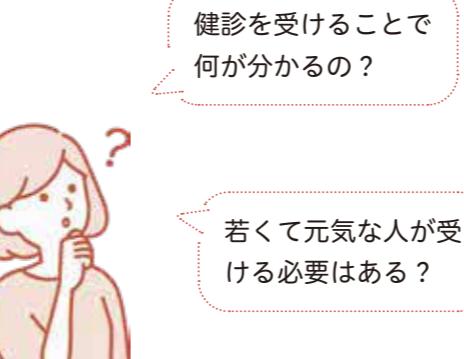


問合せ 保健総務係


**市民健診（特定健診）を受けなきゃ分からぬ！ 自分の体のこと**

代えの利かないあなたの体のために毎年健診は受けましょう。

＼なぜ健診が必要なの？ 保健師が答えます！／



健診を受けることで何が分かるの？

自分の体の中がどのような状態なのかを知ることができます。特に、生活習慣病は自覚症状がほとんどなく進行し、大きな病気の原因につながります



元気な人も、治療中の人も全員、1年に1回は健診で体の状態を確認しましょう

**2月の休日在宅医・当番薬局**

受付時間：午前9時～午後5時

日	医療機関名	電話番号	薬局名	電話番号
1 (日)	万江病院	22-2357	さくら調剤薬局瓦屋店	22-1677
	増田クリニック小児科	22-3570	五日町薬局	23-6228
8 (日)	三浦整形外科医院	22-3401	ファーコス薬局多良木いちご	42-6888
	公立多良木病院小児科	42-2560	山口薬局	42-2123
11 (水)	光永医院	22-2366	エスエス堂薬局瓦屋店	22-6550
	人吉医療センター小児科	22-2191	さくら調剤薬局医療センター前店	32-9657
15 (日)	みなみ眼科	22-6820	エスエス堂きりん本町薬局	45-6330
	やまむら小児科・内科	45-0005		
22 (日)	みのだ内科循環器科	28-3111	さくら調剤薬局西間店	22-8850
	たかはし小児科内科医院	24-2222	たんぽぽ薬局	23-6170
23 (月)	あいだ診療所	25-1651	五日町薬局	23-6228
	増田クリニック小児科	22-3570		
<b>救急病院</b>				
	外山胃腸病院	22-3221	球磨病院	22-3121
				愛生記念病院
				22-6878

※広報ひとよし12月号（1196号）に掲載した1月18日(日)の当番薬局はエスエス堂城本店（☎ 22-0337）、たんぽぽ薬局（☎ 23-6170）の2カ所です。

※受診前に病院に連絡してください。



※変更になることがあります。病院に連絡がつかない場合は、市ホームページをご覧になるか、市役所（☎ 22-2111）にご確認ください。（日曜・祝日対応可）

**熊本県救急安心センター**（24時間365日受付）

☎ #7119（15歳以上）

**熊本県子ども医療電話相談**（平日：午後7時～翌朝8時、土曜は午後3時～、日曜・祝日は午前8時～）

☎ #8000（15歳未満）

**健診でここを確認！**

特定健診を受けることで、体内の「隠れたリスク」が分かります。

- ✓ **内臓脂肪のチェック**：腹囲を測定することで、内臓脂肪が多くついていないかを判断します。
- ✓ **動脈硬化のリスク**：血液検査や血圧のデータから、動脈硬化のリスクを知ることができます。
- ✓ **脂肪肝のチェック**：腹部超音波検診を併せて受けることで、脂肪肝を調べることができます。脂肪肝はメタボリックシンドロームの始まりとも言われています。

※メタボリックシンドロームとは……内臓脂肪型肥満に高血圧、高血糖、脂質異常が合わさった状態

**生活習慣病進行の仕組み**

内臓脂肪は、悪い物質を出し、動脈硬化を進行させます。

内臓脂肪が蓄積すると、高血圧・高血糖・コレステロール高値などの生活習慣病を引き起こし、動脈硬化のリスクが高まります。自覚がないまま進行すると脳や心臓の病気になり、透析が必要になることもあります。


**あなたの体は代えが利きません**

部品を交換できる車でも定期的に車検が必要です。代えの利かない私たちの体こそ、毎年健診で状態を確認する必要があります。

本市は、全国と比べてメタボリックシンドロームの人が多い市です。自覚症状なく生活習慣病が進行しているかもしれません。健康を維持するためにも、健診で体の状態を把握しましょう！



令和8年度の市民健診の申し込みは

**2月から始まります！**

ぜひ申し込んでください！

腹部超音波検診は30歳以上の市民であれば誰でも受けられます。この機会に、メタボの始まりと言われる脂肪肝を確認しましょう！

申し込みについて詳しくは、広報ひとよし2月号をご覧ください。

問合せ 市保健センター（☎ 24-8420、☎ 24-8010）