

9月24日から30日までは「結核予防週間」です！

【結核予防週間】

厚生労働省では、毎年9月24日～30日を「結核予防週間」と定めて、結核に対する正しい知識の普及啓発を図ることとしています。
結核の正しい知識と予防で、大切な未来を守りましょう。



シールぼうや シールちゃん

【結核は「現代の病気」です！】

年間 **10,235人** (死亡者数 **1,664人**)

この数字は、日本で令和4年中に新たに結核を発病した方の数です。今でも1日に約28人が結核を発病し、約5人が命を落としている**重大な感染症**なのです。

結核の初期症状は風邪に似ていますが、下記のいずれかにあてはまる場合には早めに医療機関を受診しましょう。

- タンのからむ咳が2週間以上続いている
- 微熱・身体のだるさが2週間以上続いている

高齢者の場合はこのような症状が出ないことがあります。年に一度は健診を受けましょう。

かごしま健康イエローカードキャンペーン展開中です！

～生活習慣を見直して、健康寿命をのばそう！～



かごしま健康イエローカードキャンペーンとは

県、市町村、関係機関・団体が連携・協働し、運動の習慣化や食生活の改善などの生活習慣の見直しを県民の皆様へ強く呼びかける普及啓発活動です。

10月はキャンペーンの強化月間です！

毎年10月を「かごしま健康イエローカードキャンペーン強化月間」とし、「鹿児島県地域・職域・学域連携推進委員会」が中心となって、県内の市町村や職場、学校などで健康づくりに関するさまざまな普及啓発活動を、集中的・一体的に実施しています。

★期間中には、御協力いただける「かごしま食の健康応援店」や「女性の健康づくり協力店」などにおいて、協賛企画を実施予定ですので、積極的に御活用ください。(ステッカーが目印！)



11月8日は「いい歯の日」です!!

～お口の健康と全身のかかわり～



口は生命と生活の質を保つための入り口です。

食べることは命を支えるうえで大切なことです。栄養をしっかりと取り、おいしく・楽しく食べるためには、「歯」と「口」の健康は欠かすことができないものです。

口は大切なコミュニケーション器官です。

歯や口の周囲の筋肉は、発音に大きく関係しています。また、歯が抜けることで顔の形や相手に与える印象が変わったり、日常生活にも支障をきたす可能性があります。

口の疾患は全身の病気と深い関係があります。

代表的な口の疾患には、むし歯と歯周病がありますが、特に歯周病は、糖尿病や心疾患、肺の疾患(誤嚥性肺炎)、低体重児の出産などに関連していることが報告されています。

また、喫煙は歯周病の発症・進行リスクが2～9倍に高まると言われています。日々の口腔ケア・定期歯科健診でお口の健康を保ち、全身の健康につなげましょう。



10月は「鹿児島県ピンクリボン月間」です



ピンクリボンは、乳がんの早期発見・早期治療の重要性を伝える世界共通のシンボルマークです。

県では、乳がん検診の必要性について積極的に啓発するため、10月を「鹿児島県ピンクリボン月間」と定め、各関係団体と連携し、乳がんに関する正しい知識の普及や検診受診を促進する取組を行っています。

《乳がんの現状》

- 乳がんにかかる人は、20年前と比べて約**2倍**増加。
- 乳がんは、**40代～50代**の女性にとって一番多いがんの死亡原因。
- 生涯のうちに、**9人に1人**の女性が乳がんにかかるといわれている。
- 本県では、令和4年に、**185人**の女性が乳がんで亡くなっている。
- 乳がんと子宮がんは、他のがんに比べて、**若い世代に多い**。



乳がんは、検診で**早期発見**ができます。「早期発見・早期治療」があなたの命を守ります。

● 乳がん検診(マンモグラフィ)を受けましょう。

市町村では、40歳以上の方を対象に、マンモグラフィによる乳がん検診を行っています。

● 毎月1回、自己検診をしましょう。

乳がんは、自分でも発見できるがんです。

毎月1回の自己検診で、乳房にしこり等がないか確認しましょう。

10月は「臓器移植普及推進月間」です

YESでもいい。**NO**でもいい。あなたの意思を表示しよう。

臓器を「提供する」「提供しない」どちらの意思も尊重されます。ご自分の意思を表示して、ご家族に伝えておきましょう。意思表示の方法は大きく3つあります。

1. 健康保険証・運転免許証・マイナンバーカード等の意思表示欄への記入

以下の部分を知りて臓器提供に関する意思を表示することができます(記入は自由です)。記入する場合は、1から3までのいずれかの番号を○で記入してください。

- 私は、臓器提供を希望し、かつ、臓器提供を受けることにも同意します。
- 私は、臓器提供を希望し、かつ、臓器提供を受けることには同意しませんが、臓器提供を受けることには同意しません。
- 私は、臓器提供を希望しませんが、臓器提供を受けることには同意しません。

【1】又は【2】を記入する場合は、同意したくない臓器があれば、Xをつけてください。
心臓・肝臓・腎臓・骨(じん)髄・骨髄(すい)臓・小腸・膵臓

特記欄: _____ 性別欄: _____
生年月日: _____年 _____月 _____日

運転免許証裏面

注意事項 保険証を提示する際に、必ずこの証をその窓口で提示してください。

住所: _____
備考: _____

※ 以下の欄に記入することにより、臓器提供に関する意思を表示することができます。記入する場合は、1から3までのいずれかの番号を○で記入してください。

- 私は、臓器提供を希望し、かつ、臓器提供を受けることにも同意します。
- 私は、臓器提供を希望し、かつ、臓器提供を受けることには同意しませんが、臓器提供を受けることには同意しません。
- 私は、臓器提供を希望しませんが、臓器提供を受けることには同意しません。

【1】又は【2】を記入する場合は、同意したくない臓器があれば、Xをつけてください。
心臓・肝臓・腎臓・骨(じん)髄・骨髄(すい)臓・小腸・膵臓

特記欄: _____
本人生年月日: _____年 _____月 _____日
本人姓名(自署): _____ 家族姓名(自署): _____

健康保険証裏面

2. 意思表示カードへの記入



3. インターネットによる意思登録

公益社団法人日本臓器移植ネットワークのホームページから登録できます。

・ホームページ

<http://www.jotnw.or.jp>



詳しくは、(公財)鹿児島県移植医療アイバンク推進協会 (099-295-6420) にお問い合わせください。