

蚊を介する感染症の予防対策

蚊を増やさない・蚊に刺されない

蚊

蚊が発生する季節になりました。蚊の吸血によって、さまざまな感染症にかかる恐れがあります。特に、昨年は Dengue 熱の国内感染が約 70 年ぶりに確認され、今年は中南米地域でジカウイルス感染症が流行しています。蚊が媒介する感染症にからないためには、住民一人ひとりが、蚊を増やさない、蚊に刺されない対策をすることが重要です。

■蚊を増やさないようにしよう

○蚊は、植木鉢の受け皿やプラスチック容器、廃タイヤなどに溜まった雨水など小さな水たまりで発生するため、日ごろから住まいの周囲の清掃を心がけましょう。

○1 週間に 1 度程度は、雨水が溜まった容器を逆さにするなど、住まいの周囲の水たまりをなくすようにしよう。

■蚊に刺されないようにしよう

○屋外の蚊が多くいる場所で活動する場合は、長袖シャツ、長スボンを着用し、裸足のサンダル履きを避け、できるだけ肌を露出しないようにしよう。

○薄手の素材の衣服の上からや、足首、首筋などの小さな露出面でも刺されることがあるので、虫よけ剤などを使用しよう。

○網戸や扉の開閉をできるだけ減らし、蚊取り線香を昼間から使用するなど、できるだけ家の中への蚊の侵入を防ぎよう。

○蚊が家の中に侵入した場合は、ハエ叩きやスプレータイプの殺虫剤などで直ちに駆除しよう。

○ジカウイルス感染症は胎児の小頭症との関連が指摘されていますので、特に流行地域へ渡航される妊婦の方は、蚊に刺されないように徹底してください。

※蚊の活動はおおむね 10 月下旬ごろで終息します。これらの対策は 10 月下旬ごろまでを目安に行いよう。

■問い合わせ

県保健医療部疾病対策課（☎048-8330355）へ。

新規就農者が対象です！

農地利用再生支援事業

町

では、農業の担い手の就農と遊休農地の解消を図るため「農地利用再生支援事業」を実施し、新規就農者の皆さんを支援します。ぜひ活用ください。

■申請期限

12月28日(水)

(平成28年度分の予算がなくなり次第受付終了となります)

■対象

次の要件をすべて満たす方

①本町の10アール以上の遊休農地を活用して新たに農業経営を開始する方、または新規就農して5年以内の方

②遊休農地にかかる5年以上の賃借権等の設定、または所有権の移転が済んでいる方

③農地として活用するために必要な作業(再生作業)が完了した後1年以内に寄居町に転入できる方、または町内に住所を有する方

■対象となる農地

過去1年間引き続いて農作物が栽培されておらず、管理の行われていない遊休農地

■補助対象事業

農地として活用するために必要な障害物除去・深耕・整地・土壌改良が対象です。処分経費は含みません。

■補助対象経費

第三者に再生作業を請け負わせるのに要する費用、または自己施工に要する費用

■補助基準額

1アール当たりで、再生作業にかかった経費の額、または50000円のいずれか低い額とし、10万円を上限とします。

■申し込み

農林課に備え付けの補助金交付申請書に必要事項を記入し、添付書類(営農計画書、推薦状、位置図・公図の写し等)と併せて提出してください。

■問い合わせ

農林課（☎581-2121 内線4003）へ。

健康ひろば

Health is better than wealth

みんな健康！元気・いきいき寄居町！

ワンポイント

アトバイス

ー女性にできるがん第1位ー

「乳がん」

健康福祉課 保健指導班

乳がんは、乳房の中にある乳腺にできる悪性腫瘍で、発生や増殖には「エストロゲン」とよばれる女性ホルモンが深く関わっています。乳がんは、女性にできるがんの中で一番多く、年間約5万人が乳がんになり、約1万人の方が亡くなっています。しかし、乳がんは、がんの中でも比較的性質のよい、治りやすいがんです。早期に見えてきれば、乳がんの死亡率を低下させることは十分可能です。この早期発見のため、乳がん検診が果たす役割は非常に

に大きいのです。町では、乳がん予官類がん検診を平成29年2月まで、深谷寄居医師会メデイカルセンターで実施していましたが、ぜひ活用ください。

乳がんになりやすい人ってどんな人？

乳がんの直接的な原因については、まだはっきりとしたことは分かっていません。しかし、統計的な調査によって、乳がんの危険因子が次第に明らかになっていきます。乳がんが増加している背景には、女性の社会進出にもなう晩婚化などで乳腺がエストロゲンにさらされている時間が長くなったことが要因として考えられています。また、閉経後はエストロゲンが脂肪細胞で作られるため、閉経後に肥満している女性では、乳がんのリスクが高くなるともいわれています。

〈乳がんの危険因子〉
①年齢(40歳以上)②未婚③高齢初産(出産をしていない)④初潮が早く、閉経が遅い⑤肥満(閉経後)⑥血縁者に乳がんになった人がいる⑦良性的乳腺疾患になったことがある⑧乳がんになったことがある⑨閉経後、ホルモン補充療法・経口避妊薬使用の経験がある

〈月に1回は、乳がん自己検診〉

見て、さわって、横になつて

乳がん患者のなかには自分で気づいて受診される方も多くいます。乳がんは自分で見つけることのできる数少ないがんです。乳がん自己検診を習慣化しましょう。

CHECK 2 乳房や脇の下を4本の指で「C」の形を書くようにさわります。

CHECK 1 両手を頭の後ろで組み、色や形をよく見る。

CHECK 3 乳頭を軽くつまんで異常分泌が出ないか調べる。

CHECK 4 仰向けに寝て乳房を触って異変をチェック



※自己検診は月経終了後1週間くらい、閉経した方は日を決めて調べましょう。

※自分で触って偶然見つかる乳がんのしこりの大きさは2cm以上ですが、自己検診を習慣にすると1cmの大きさにも気づけるようになります。

より早期に乳がんを発見するために、月に1回の自己検診とともに、2年に1回は検診で乳房の視触診やマンモグラフィ(乳房X線撮影)を受けましょう。詳細は、本誌5月号をご覧ください。

9月の保健事業

問い合わせ／保健福祉総合センター(☎581・8500)へ。

●健康相談 よりいすマイルポイント対象事業

月日(曜日)	時 間	対象地区	場 所	内 容	持参する物
9月12日(月)	13:30～15:00	町内全地区	保健福祉総合センター	・血圧測定 ・検尿 ・個別相談 ・体脂肪測定	健康手帳(すでにお持ちの方)

●乳幼児健康診査

種 別	月日(曜日)	受付時間	対 象	場 所	持参する物
4、5カ月児健康診査	9月 8日(木)	13:30～14:30	平成28年4、5月生	総合保健福祉センター	母子健康手帳、役場からの通知、お子さんの歯ブラシ、3歳児は尿の入ったビニール袋
3歳児健康診査	9月 1日(木)	13:30～14:00	平成25年3月生		

●10カ月児健康相談

月日(曜日)	受付時間	対 象	場 所	持参する物
9月13日(火)	13:30～14:30	平成27年10、11月生	保健福祉総合センター	母子健康手帳、役場からの通知

●こころの健康相談

月日(曜日)	時 間	場 所	対 象
9月26日(月)	13:30～14:30	保健福祉総合センター	こころの健康について悩みをお持ちの方、その家族および関係者 ※事前にお申し込みください。

●ひよこ教室 よりいすマイルポイント対象事業

月日(曜日)	時 間	場 所	対 象	持参する物
9月 9日(金)	13:30～15:00	保健福祉総合センター	3～5カ月児のお子さんと保護者(20組) ※事前にお申し込みください。	母子健康手帳 筆記用具 バスタオル(必要に応じてミルク)
9月15日(木)				

●ふるさと健康体操(生活習慣病予防軽運動教室) よりいすマイルポイント対象事業

月日(曜日)	時 間	対象	場 所	備 考
9月2日、9日、16日、23日、30日(金曜日)	16:00～17:00	町内在住の方	保健福祉総合センター	運動不足解消、介護予防を目的とした軽体操です。運動しやすい服装でお越しください。
9月1日、29日(第1・5木曜日)	10:00～11:00		総合体育館・アタゴ記念館剣道場	

よりいすマイルポイント対象事業 ポイントカードを持参してください。

年金特報

ご存じですか？ 付加年金

付加年金は、国民年金第1号被保険者(自営業者、学生等)の独自給付です。毎月の国民年金保険料に付加保険料(月額400円)をプラスして納付すると、老齢基礎年金に付加年金が上乗せされます。受け取れる付加年金の年金額は「200円×付加保険料納付月数」です。

〈留意事項〉

○付加保険料の納付は、申し込みをされた月分からです。

○老齢基礎年金と併せて受給できる終身年金ですが、付加年金の保険料は定額のため、物価スライド(増額・減額)はありません。

○国民年金基金に加入中の方は、付加年金の申し込みはできません。

○付加保険料のみの納付はできません。

○国民年金保険料と同時に、あるいは後日(納付期限 までに納付してください)。

○付加年金加入中に厚生年金に加入、または60歳を迎えた場合は付加年金保険料の納入ができなくなります。

○納付済の保険料は老齢基礎年金に上乗せされます。

なお、納付期限後は、付加保険料分の納付ができませんので、納付忘れのない口座振替のご利用をお勧めします。

持参するもの／年金手帳・印鑑(朱肉を付けて押すもの)

申し込み／町民課へ直接お申し込みください。

問い合わせ／熊谷年金事務所(☎5222・5012) または、町民課(☎581・2121 内線1111)へ。

※問い合わせの際は、年金番号・住所氏名・生年月日を確認させていただきます。問い合わせが集中し、電話がつながりにくい場合がありますので、ご了承ください。