

乳がんの早期発見

水口町名坂堂山区で、20歳以上の女性を対象に「乳がん予防の研修会」を実施しました。保健師に協力を得て、乳がんについて学んだり乳房模型を使って触診体験をしました。乳がんは日頃の自己触診で早期発見ができるという点に注目して、実際に自分の乳房に触れてその方法を学びました。

皆さんも、乳がんの早期発見のために自分で触診することを習慣にし、定期的に検診を受けましょう。



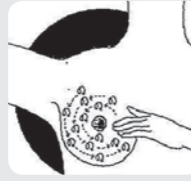
▲自己触診の様子

〈参加者の感想〉

- ・市のがん検診で乳がんを見つけてもらった経験があります。
- ・定期的に検診を受けることが、何より大切だと思いました。

乳がん自己触診のポイント

●**タイミング**：毎月の月経開始5日目から1週間(乳房に張りや痛みが少ないため)閉経後の方は毎月自分で日を決めて定期的にチェックすることが大切です。



★「の」の字が基本…4本の指をそろえ、指の腹と肋骨で乳房を挟むようにし、指を10円玉大の「の」の字を書くように動かします。乳房全体をこの「の」の字を繰り返して調べましょう。入浴時石鹸を手につけるとなめらかに触診できます。

※少しでも異常を感じたら、すぐに専門医の診察を受けましょう。

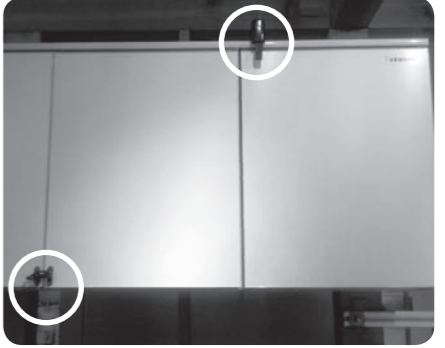
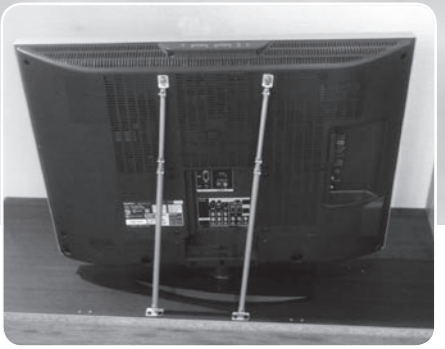
問い合わせ 健康推進連絡協議会事務局(健康推進課) ☎65-0703 ☎63-4591

家具転倒防止器具等
取付設置費を補助

阪神・淡路大震災では死者の約8割が建物の倒壊によるものとされ、また平成16年の新潟県中越地震など最近発生した主な地震における負傷原因の3～5割は、家具の転倒によるものと言われています。さらに、家具の転倒・落下により、安全に避難することを妨げられ、避難の遅れにもつながることもあります。

大規模地震の発生時に、迅速な行動が取れない高齢者や障がい者の方が、家具の転倒などによって死傷されること防ぐため、市では、家具転倒防止器具の購入費やその取り付けに要する費用に対して補助を行います。

- | 対象世帯 | 補助金額 |
|---|--|
| 次のいずれかに当てはまる市県民税非課税世帯 | 上限15,000円 |
| <ul style="list-style-type: none"> ・75歳以上の高齢者(後期高齢者)で構成された世帯 ・身体障害者福祉法の規定により障害者手帳の交付を受け、障がいの程度が1級、又は2級に該当する者で構成された世帯 ・知的障害者福祉法の規定により療育手帳の交付を受けた者で構成された世帯 ・精神保健及び精神障害者福祉に関する法律の規定により精神障害者保健福祉手帳の交付を受けた者で構成された世帯 ・介護保険法による要介護者又は要支援者で構成された世帯 | <p>対象</p> <p>以下の購入費と取付費</p> <ul style="list-style-type: none"> ・家具の転倒または落下を防止するために有効な器具 ・ガラス飛散を防止するために有効なフィルム など |
| ※上記の世帯で18歳未満の市県民税非課税者が含まれる場合も対象とします。 | <p>申請・交付等の流れ</p> <ol style="list-style-type: none"> ①市へ補助金交付申請を行う。 ②市で審査後、交付決定通知が送付される。 ③家具転倒防止器具等の購入、または業者取付工事依頼を行う。 ④取付け完了後、実績報告書等必要書類(実績報告書、実施前後写真、領収書の写し(設置委託された場合は請求書でも可)、補助金交付請求書などを)を市へ提出。 ⑤内容確認後、指定口座へ補助金が振り込まれる。 <p>※購入・施工後の申請は対象となりませんのでご注意ください。</p> |



鳥獣害対策ニュース No.36

野生獣に応じた防護柵を

野生獣から農作物を守るために防護柵を設置することは非常に有効な手段ですが、対象となる獣種にあった防護柵を選択することが重要です。左の表は、一般的な防護柵の種類と対応する獣種との関係等を示していますが、獣種によって効果を発揮できる柵が違ってくる場合があります。なお実際に設置する場合には、獣種により高さや強度を考慮して設置することが必要です。

柵の種類	設置費用・労力	維持管理労力	シカ	イノシシ	サル	アライグマ
金網フェンス	高	少	○	○	×	×
電気柵	中	多	△	○	○	○
トタン	中	少	×	△	×	×
ネット	低	多	△	×	×	×
弾力性のある柵	高	多	△	×	○	×

また、防護柵は設置後の維持管理も防除効果を継続させるために重要なポイントであり、設置時のコスト面だけでなく、総合的に判断して防護柵を選択することが必要です。

【平成23年度有害鳥獣捕獲実績】
生活環境や農林業に対し、野生獣により多くの被害が生じていることから、市では、防除対策によっても被害が防止できない場合(外来獣を除く)に有害鳥獣捕獲を行っています。平成23年度の捕獲数は次のとおりです。

- ニホンザル 32頭
- イノシシ 197頭
- ニホンジカ 1425頭
- アライグマ 161頭
- ハクビシン 11頭

平成24年3月末現在

産業経済部 鳥獣害対策室
☎65-0734
☎63-4592



▲委嘱状を受け取る村木さん

新たに72名が
甲賀市健康推進員に

甲賀市健康推進連絡協議会定期総会が4月17日、甲南町忍の里プララで開催されました。総会に先立ち、甲賀市健康推進員委嘱状交付式が行われ、今年度新たに推進員となられた72名を代表して村木淳鼓さんに中嶋市長から委嘱状が手渡されました。健康推進連絡協議会は、各地域で活躍いただく健康推進員の皆さんで組織される協議会です。現在485名が、「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、広報紙への記事掲載をはじめ地域の皆さんの健康保持・増進に尽力していただいています。

問い合わせ
危機管理課
☎65-0665 ☎63-4619