



健康管理センターから人間ドックのご案内

健康管理センターでは、和水町より国保人間ドック業務の委託を受けています。
今回は令和6年度に向け、国保人間ドック（半日コース）のスケジュールを紹介します。

8:30	受付・検便・検尿提出 体格測定（身長、体重、体脂肪率、腹囲、視力、聴力、眼底検査）・血圧測定 問診・採血（脂質代謝、糖代謝、肝機能、貧血検査、消化器腫瘍マーカー、前立腺腫瘍マーカー（男性のみ）等を調べることができます。）
9:00	心電図 腹部超音波検査
10:00	胃カメラ
11:00	カメラ後の休憩
11:30	血圧脈波測定・頸部エコー（オプション） 胸部レントゲン検査・骨密度検査（女性のみ） 胸部、腹部CT（オプション） 診察
12:30	生活、栄養指導（必要者のみ） 会計

以上で終了となります。

- ※ 全大腸内視鏡検査（オプション）を希望の場合は後日検査となります。
- ※ 検査の順番等によりスケジュール通りではないこともあります。

●オプション検査（別途料金がかかります。）

オプション検査名	金額	検査内容
甲状腺検査（TSH、FT3、FT4）	4,400 円	甲状腺ホルモンの分泌異常がないか調べます。
胸部 CT 検査	9,900 円	肺や気管などの病変がないか調べます。
腹部 CT 検査（内臓脂肪面積測定）	3,300 円	内臓脂肪面積を調べます。
頸動脈超音波検査	3,570 円	血管の動脈硬化が起きていないか調べます。
全大腸内視鏡検査（別日）	17,050 円	大腸カメラで全体をくまなく観察する検査です。

皆様の受診をスタッフ一同お待ちしております！！

安心・安全な学校生活に向けて

今年度、菊水中学校で進めていました、校舎のバリアフリー改修工事が完了しました。

これは、令和2年5月のバリアフリー法改正により、既存公立小中学校のバリアフリー化がより一層推進されたこと等に伴い、段差等が残っていた菊水中学校において、改修工事を実施したものです。

主な工事内容は、エレベーターの設置（校舎北側に増築）、各階への多目的トイレの整備、運動場・体育館等への段差解消（スロープ設置）であり、安心・安全な移動ができるようになっています。

今後も、児童・生徒が快適な学校生活を送ることができるよう、環境整備に努めてまいりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

nagomi
お知らせ
news変わります
新型コロナウイルスワクチン接種

問 保健子ども課 保健予防係 ☎0968・86・5730

3月で無料接種が終了します

町内の接種は、和水町立病院のみです。

▼接種日

3月8日金、26日火の2日間

午後5時～5時45分まで

※事前予約が必要です。予約は、コールセンター、LINEまたはWEBから行うことができます。接種枠には限りがありますので、希望される方は早めの予約をお願いします。

※病院内では感染症予防のためマスクの着用、手指消毒のご協力をお願いします。

※接種当日に体調が優れない場合は、和水町立病院とコールセンターまたは役場保健子ども課までご連絡をお願い致します。

4月からのワクチン接種

▼定期接種対象者

①65歳以上の人

②60～64歳の重症化リスクの高い人

・接種回数：年1回 秋～冬にかけての接種

※接種方法、接種券等の詳細については後日お知らせします。

※上記対象者以外は、任意接種となります。

新型コロナウイルスワクチン接種証明書

令和5年度までに接種した記録（接種証明）が必要な方は以下の方法で取得することができます。

・和水町役場本庁 保健子ども課窓口

・接種証明アプリ、コンビニ交付

※接種証明アプリやコンビニ交付は、3月31日をもって終了します。

接種の予約・日時変更（キャンセル含む）等の相談窓口

和水町ワクチン接種コールセンター（午前9時～午後5時土日祝日除く）

☎0120-096-959

接種の予約は、和水町公式LINEからも可能です。右のQRコードから友だち追加をしてご予約をお願いします。

※コールセンター、LINEによる予約システムは3月31日をもって終了します。



公式LINEQR

nagomi
お知らせ
news3月9日は脈の日です ～あなたの脈は正常ですか？～
自分でカンタン 脈チェック！ 自己検脈 15秒のススメ

問 保健子ども課 保健予防係 ☎0968・86・5730

自分で脈を測定しましょう！

- ①ひとさし指、中指、薬指の3本（もしくはひとさし指と中指の2本）の指を少し曲げて、手首の親指側を触ります。親指で手首を支えましょう。（この時、指の腹の部分で触ると脈を感じやすくなります。）
- ②ドッ、ドッと、脈に触れるまで徐々に強く押さえます。（脈に触れない場合は、少し場所を変えてみましょう。）
- ③15秒ぐらい脈に触れて、脈の速さやリズムが規則的かどうかを確認しましょう。

15秒間の脈拍数×4倍＝1分間の脈拍数
（脈の速さ）

脈拍数が1分間に100回以上ある場合やリズムが不規則な場合は、医療機関に相談しましょう。日頃からの脈チェックを習慣化し、ご自身やご家族の健康についてあらためて気にかけてみませんか？

※脈を測ることで、心臓を中心とした循環器系の異常を早期に発見できます。

特に熊本県では循環器病（心臓病や脳卒中）の罹患率^{りかんりつ}が、全国的にも高い現状があります。

