

健康アドバイス



平川 秀三 医師
(吉備医師会から)

人は健康に暮らす権利があります。現在、日本人の平均寿命は女性が87.14歳、男性は80.98歳で、香港について世界第2位です。その理由は、生活衛生環境の改善と、医療の内容や制度の進歩によるものと思われる。

かたや、死因の第1位はがん、第2位は心筋梗塞や脳卒中などの心・血管病となっています。がんについては、今後も研究が進

今月のテーマ 健診の勧め

特定健診を受けよう！年に1度は健診受診を

むことでしょう。

心・血管病の治療は、この20年で大きく進歩した領域です。昔から「人は血管とともに老いる」という言葉がありますが、心・血管病の最大の原因は加齢によるものです。それに加えて血管に負担をかける高血圧、糖尿病などの生活習慣病があると、動脈硬化や心・血管病のリスクはさらに高まります。

生活習慣病は、すぐに症状が出るものではありません。検査異常から症状発現までの経過が10～20年と長く、心・血管病はサイレントキラー（静かなる

殺し屋）とも言われています。

自分の体は自分で守らなければなりません。早期発見、早期治療が重要です。予防策は、できるだけ早く自分の健康状態を把握し、心の安定を得ることでしょう。

国も国民の健康維持を考え、メタボ健診、特定健診の受診を推奨しています。日常生活に制限のない健康寿命の延長を目指すためにも、特定健診などを受けましょう。



問い合わせ 健康医療課健康増進係 (☎92-8259)

安全・安心

総社署からのすすめ

4月6日(金)から15日(日)までの10日間、「春の交通安全県民運動」が県内一斉に展開されます。

昨年の県内の人身事故の発生状況は、7220件(前年比1710件減)、負傷者数8465人(前年比2189人減)と件数、負傷者数ともに前年と比べて減少しました。

しかし、死者数については97人(前年比18人増)と5年ぶりに前年より増加しており、交通

春の交通安全県民運動

事故を1件でも減らす努力を引き続き行っていかなければなりません。

交通事故を防止するためには、県民一人ひとりが交通マナーを守り、相手に対する思いやりや譲り合いの気持ちをもって行動し、全体の交通マナーを向上させていくことが大変重要です。

また、4月は新入学や進学のため、子どもが不慣れな道を通園(通学)する時期でもあります。1月には、集団下校中の児童が



多数巻き込まれ、1人が亡くなるという痛ましい事故も県内で発生しました。通学時における子どもの安全確保について、地域全体で力を合わせて取り組んでいく必要があります。

春の交通安全県民運動は、県民一人ひとりが交通安全について考え、交通事故を防止する絶好の機会です。期間中の4月10日(火)は「交通事故死ゼロを目指す日」です。日ごろから、ドライバーはもちろん、歩行者や自転車利用者も、交通事故を起こさない、また、交通事故に遭わないよう安全な行動を心掛けましょう。

監修・問い合わせ 総社警察署 (☎94-0110)

●狂犬病の予防注射と犬の登録の日程

地区	会場	月日(曜)	時間	
総社	泉集会所(泉南)	4月6日(金)	9:00～9:30	
	泉・北公園(泉団地内ぞうさん公園)	〃	9:40～10:00	
	中央公民館浅尾分館	4月9日(月)	9:30～9:50	
	中央公民館総社分館	〃	10:00～10:20	
	清水公会堂	4月10日(火)	11:30～11:50	
	井尻野東村公会堂	4月13日(金)	10:50～11:10	
	井山選果場	〃	11:20～11:40	
常盤	刑部公会堂	4月17日(火)	11:20～11:40	
	中央公民館常盤分館	4月12日(木)	10:20～10:40	
	真壁公会堂	〃	10:50～11:20	
三須	常盤集会所	〃	11:30～11:50	
	江崎公会堂	4月10日(火)	9:30～9:50	
	上林会館	〃	10:00～10:20	
	三須公会堂	〃	10:30～10:50	
	桃山団地集会所	〃	11:00～11:20	
服部	赤浜公会堂	4月17日(火)	9:00～9:20	
	服部コミュニティハウス	4月13日(金)	9:30～10:00	
	長良西谷公会堂	〃	10:10～10:30	
阿曾	東阿曾公会堂	4月17日(火)	9:40～10:00	
	東公民館阿曾分館	〃	10:10～10:40	
	黒尾公会堂	〃	10:50～11:10	
池田	黒尾公会堂	〃	10:50～11:10	
	横谷コミュニティ広場	4月11日(水)	9:30～9:40	
	北出張所	〃	9:50～10:10	
秦	穴栗公会堂	〃	10:20～10:40	
	秦浄化センター	4月6日(金)	10:20～10:40	
	大谷公会堂(福谷)	4月11日(水)	10:50～11:20	
神在	西公民館秦分館	〃	11:30～11:50	
	西公民館神在分館	4月12日(木)	9:00～9:30	
	下原公会堂	〃	9:40～10:00	
久代	あおいハイツ集会所	4月6日(金)	10:50～11:30	
	西公民館旧久代分館(西小の北西側)	4月16日(月)	11:10～11:40	
	長砂公会堂(久代)	〃	13:30～13:50	
	古母池集荷場	〃	14:00～14:20	
山田	古母池集荷場	〃	14:00～14:20	
	西公民館山田分館	4月16日(月)	10:30～11:00	
新本	西出張所	4月16日(月)	9:00～9:40	
	丸尾東公会堂(新本)	〃	9:50～10:20	
	昭和	昭和公民館富山分館	4月18日(水)	9:30～9:50
昭	種井公会堂	〃	10:00～10:20	
	中尾公会堂	〃	10:30～10:50	
	昭和出張所	〃	11:00～11:30	
	昭和公民館水内分館	4月19日(木)	9:30～10:00	
	下倉生活改善センター	〃	10:20～10:40	
	日羽集会所	〃	10:50～11:10	
	山手	日羽集会所	〃	10:50～11:10
山手		西坂台団地第4公園	4月5日(木)	9:00～9:20
山手公民館宿分館(東風館)		〃	9:30～10:00	
宿選果場		〃	10:10～10:30	
山手出張所		〃	10:40～11:10	
清音	山手公民館岡谷分館	〃	11:20～11:50	
	山手公民館西郡分館(公正館)	〃	13:30～14:00	
	黒田デイサービスセンター	4月20日(金)	9:30～9:40	
	古地公会堂	〃	9:50～10:10	
	馬渡生活センター	〃	10:20～10:40	
	上中島公会堂	〃	10:50～11:30	
	柿木生活センター	〃	13:30～13:50	
全地区	柿木ゆうゆう広場(ひだまりの家)	〃	14:00～14:30	
	北山公会堂	〃	14:40～15:00	
	峠公会堂	〃	15:10～15:30	
	総社市役所(市保健センター前)	4月4日(水)	10:00～11:00	
	〃	〃	13:30～14:30	
〃	4月9日(月)	10:30～11:30		
〃	4月21日(土)	13:30～14:30		
〃	4月22日(日)	10:00～11:30		



狂犬病の 予防注射

1年に1度の予防注射お忘れなく

■狂犬病の予防注射
生後91日以上を経過した犬に毎年1回、狂犬病予防注射を受けさせることが法律で定められています。

■犬の登録
生後91日以上犬の飼主は、犬を飼い始めてから30日以内に登録し、犬鑑札の交付を受けなければいけません。

■登録手数料
3000円

■その他
死亡や譲渡などで、登録していた犬を現在飼っていない場合は、連絡してください

■犬の登録
生後91日以上犬の飼主は、犬を飼い始めてから30日以内に登録し、犬鑑札の交付を受けなければいけません。

■登録手数料
3000円

■その他
死亡や譲渡などで、登録していた犬を現在飼っていない場合は、連絡してください

票交付手数料550円

登録済の犬
3050円(注射)

対象
登録済の犬

料金
3050円(注射)

対
登録済の犬

料
3050円(注射)

金
3050円(注射)

代
2500円・予防注射済

射
登録済の犬

会
登録済の犬

場
登録済の犬

、
登録済の犬

環
登録済の犬

境
登録済の犬

課
登録済の犬

、
登録済の犬

市
登録済の犬

民
登録済の犬

課
登録済の犬

、
登録済の犬

環
登録済の犬

境
登録済の犬

課
登録済の犬

、
登録済の犬

市
登録済の犬

民
登録済の犬

課
登録済の犬

山手出張所、西動物病院、エグチ動物病院、日出美動物病院、だて動物病院

登録手数料 3000円

その他 死亡や譲渡などで、登録していた犬を現在飼っていない場合は、連絡してください

お問い合わせ 環境課環境係 (☎8339)

犬や猫を飼っている皆さんにお願いします！

散歩のときは、スコップやビニール袋を持ち、フンは必ず持ち帰って処分することが飼い主としてのマナーです。

道路や公園、他人の土地などが汚れて困っている人が大勢います。

動物を飼うときは、責任をもってマナーを守りましょう。