

真司's voice

新型コロナウイルス感染症対策にご協力頂き感謝申し上げます。香南市においても新型コロナウイルス対策本部をたちあげ「感染防止対策」「経済対策」「教育対策」「その他関連対策」の4つのチームで独自の施策を検討し、形にして取り組んでいるところです。国・県・市それぞれ施策があり、内容や申請など分かりづらい事など、また、それ以外でも困ったことがあれば遠慮なく市役所に相談してください。これまで市役所とあまり縁がなかった方々も気軽にお問い合わせ頂きたいと思えます。また、今後も第2波、第3波を見据えて、コロナウイルスから守る・備える・打ち勝つ施策を迅速に行う覚悟です。コロナウイルス発生前よりも、市民と行政がさらに近く、強いつながりを持ち、ともに困難を乗り越えて参りましょう。



▲市役所・支所では相談窓口の設置や感染症対策を行っています



読書で一息

おすすめの1冊をご紹介します!

首都感染
高嶋哲夫 著



2010年に刊行されたこの本。20××年サッカーワールドカップ中国大会の際、雲南省で致死率60%の強毒性インフルエンザが出現。中国当局の封じ込めも破綻し、恐怖のウイルスが世界へ。パンデミックが発生し、そして、ついに日本へも向かった。生き残りをかけ空前絶後の東京封鎖作戦が始まった、という話。急いで読み返した1冊です。まるでコロナウイルス感染症の予言でした。

お豆のサラダ

〈1人分の栄養価〉 エネルギー 87kcal
たんぱく質:4.8g 脂質:5.4g
カルシウム:16mg 塩分:0.4g

材料 (4人分)

- 大豆の水煮 …………… 40g
- キャベツ …………… 50g
- トマト …………… 1/2個
- きゅうり …………… 1/2本
- ツナ缶 …………… 1/2缶
- マヨネーズ …………… 大さじ1
- しょうゆ …………… 小さじ1
- レモン汁 …………… 小さじ1

作り方 (4人分)

- ①大豆の水煮は、さっとゆでる。
- ②キャベツは食べやすい大きさに切ってゆでる。トマトは、角切りにし、きゅうりは、輪切りにする。ツナ缶は汁気をきっておく。
- ③Aを合わせて、①②と一緒に和える。

おいしく減塩!
おすすめ減塩レシピ

健康対策課 ☎57-7516

ワンポイント レモン汁を加えることで、さっぱりと仕上がりがり減塩にもなります。



香南市のけんしんキャラクター「けんしんいくちゃん」

検診・健診を再開します

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止していた集団健診の7月・8月の予定と受診の時の注意点をお知らせします。今年度は、感染予防対策のため集団健診(特定健診・肺がん検診・胃がん検診・乳がん検診・子宮頸がん検診・前立腺がん検診)は完全予約制とします。

予約受付期間

7月6日(月)～7月10日(金)
8:30～17:15



健康対策課(☎57-7516)までお電話で申し込みください。
※定員に達し次第、受付終了となります

完全予約制

こうなん
元気



問い合わせ
健康対策課
☎57-7516

※5月広報にて、特定健診は予約不要とご案内しておりました。訂正してお詫言いたします

胃がん検診・特定健診

香我美 ●期間/7月20日(月)～22日(水)
●場所/香我美保健福祉センター

検診項目	受付時間	定員
胃がんのみ 胃がん・特定セット	① 8:00～ 8:30	40人
	② 9:00～ 9:30	40人
	③ 10:00～10:30	40人
特定健診のみ	④ 11:00～11:30	30人
	⑤ 12:00～12:30	30人

夜須 ●期間/8月17日(月)～18日(火)
●場所/大峰の里

検診項目	受付時間	定員
胃がんのみ 胃がん・特定セット	① 8:00～ 8:30	20人
	② 9:00～ 9:30	20人
	③ 10:00～10:30	20人
特定健診のみ	④ 11:00～11:30	30人
	⑤ 12:00～12:30	30人

野市 ●期間/8月5日(水)～7日(金)
●場所/のいちふれあいセンター

検診項目	受付時間	定員		
		8月5日	8月6日	8月7日
特定健診のみ	① 9:00～ 9:30	50人	25人	25人
	② 10:00～10:30	50人	25人	25人
	③ 11:00～11:30	50人	25人	25人
	④ 13:30～14:30	50人	25人	—

受診時のお願い

自宅で体温を測りましょう。体調不良時は受診を控えてください。

マスクの着用をお願いします。

密集・密接を防ぐため受付時間を守りましょう。

入館時と退館時には適宜手指消毒をしましょう。

胃がん検診ではガウンへの更衣を控えています。着替えを準備しませんので、レントゲン撮影に支障のない、チャックやボタンなどが無い服装で受診してください。