



大腸がん検診 を受けましょう!

回覧

受診は4ステップで終了!!

令和6年度 集団検診等で、大腸がん検診を受けられなかった方に対し、日置市では2月に大腸がん検診(便潜血検査)を実施します。

※40歳以上の方が対象です。

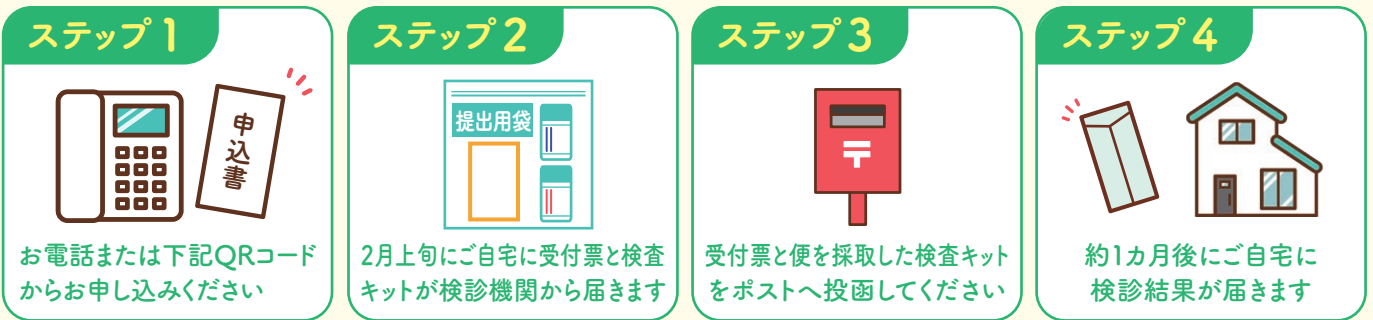


こういう方におすすめしております

- 便通が不規則な方
- 移動が困難な方
- 集団検診を受けていない方

とても受診しやすくなっていますので、ぜひこの機会に、お申し込みください。

郵送検診の流れ



※提出の際に受付票の同封がない場合、検診機関よりご連絡する場合がございます。

対象者

提出日に日置市に住民票があり、年度末年齢40歳以上の方
(ご注意ください) 今年度すでに大腸がん検診を受診された方は対象外です。

申込方法

お電話または市役所(本庁・支所)窓口もしくはQRコードからお申し込み

日置市役所 健康づくり係
099-248-9421
までお電話ください。



受診料金

無料

- 後期高齢者医療の方(無料)
- 市民税非課税世帯の方(減免)
- 国保加入者で課税世帯の方(国保より助成)

※検診料金1,870円は日置市が全て負担します。
※減免申請書が必要な方には検診セットに同封します。

500円

- 社会保険加入者で課税世帯の方
- コンビニでお支払いいただけます。(手数料不要)

※郵便局でのお支払いは手数料110円が必要です。
※検診料金1,870円のうち、1,370円は日置市が補助をします。

12月27日(金)までにお申し込みください

QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です。



<https://logoform.jp/f/UqhtE>

お申し込み
お問い合わせ先

日置市役所 健康保険課
健康づくり係

☎ **099-248-9421**

もっと知ってほしい、大腸がん検診のこと。 しっかり読んで、ちゃんと受診。

1 大腸がんってかかる人は多いの？

がんを部位別にみた場合、大腸がんにかかる数は男女合わせると1位、死亡数は男女合わせると2位となっています。鹿児島県においても大腸がんの死亡数は年々増加傾向にあり、令和元年では人口10万人あたり44.2人が亡くなっている状況です。

2 大腸がん検診って、どんな検査？

今回受けていただくのは「便潜血検査」という検査になります。大腸にがんや潰瘍、ポリープができていると出血することがあるので、便に血が混ざっていないかを調べる検査です。

3 前年の結果が「異常なし」だったので、今回は受診しなくてもいい？

前年が「異常なし」でも、**必ず年1回は大腸がん検診を受診しましょう！**

便潜血検査は有効性が高い検査ですが、100%完ぺきではありません。がんがあるのに「異常なし」となることや、がんがないのに「要精密検査」となる可能性もあります。よって毎年受診することがとても重要となります。

4 もし今回の検診で陽性「+」といわれたら…

精密検査を受けるまでが検診です。すぐに精密検査を受けましょう。
なお、便潜血検査では、約7%が「精密検査が必要」という判定を受けています。

5 精密検査ってどんな検査をするの？

精密検査として第一に推奨されるのは「大腸内視鏡検査」です。肛門から内視鏡を挿入し、大腸の全部位を観察することで異常が無いかを確認します。必要に応じて、大腸の粘膜の細胞を採取し、悪性かどうかを病理学的に診断します。

<個人情報取り扱いについて>

精密検査の結果は市町村などへ報告すること、また他の医療機関にて精密検査を受けた場合には検診機関がその結果を共有することになっています。

※検診の精密検査結果については個人情報保護法での守秘義務項目から除外されています。

なお、精密検査の結果で得られた情報は、保健医療活動以外には一切使用していません。

お知らせ

年末年始のごみの収集

●燃やせる(可燃)ごみなど



「燃やせるごみなど」と「生ごみ回収用のタル」は

12月31日(火)から1月3日(金)まで
収集は行いません。

火・金曜日が収集日の地域は1月4日(土)に収集を行います。

月・木曜日が収集日の地域は1月6日(月)に収集を行います。

※燃やせるごみの収集を行わない期間は生ごみ回収用のタルも回収しませんのでご協力をお願いします。

※生ごみ回収用のタルが満杯となった場合は、1月4日(土)以降に燃やせるごみとして出してください。

【お問い合わせ先】本庁市民生活課 電話248-9448

●クリーンリサイクルセンターの営業日

年末 12月27日(金)まで

年始 1月5日(日)から

受付時間 午前8時30分から正午まで
午後1時から午後4時まで

●詳しくは広報ひおきまたは右の二次元コードから
ご確認ください。TEL：099-292-5855



●なんさつ ECO の杜の営業日

年末 12月30日(月)まで

年始 1月4日(土)から

受付時間 午前8時30分から正午まで
午後1時から午後4時まで

●詳しくは広報ひおきまたは右の二次元コードから
ご確認ください。TEL：0993-76-8170



性別にかかわらず、誰もがあらゆる場面で、自分の個性と能力をいかせる社会をめざして

日置市男女共同参画センター だより

日置市男女共同参画
キャッチフレーズ 「わたしの気づきが第一歩」

令和6年12月号
(第106号)



～男女共同参画専門員コラム～

朝晩、冷え込みますが、健やかに過ごしてはいかがでしょうか？もし体調が不安定でも、楽しい会話や居心地の良い環境があれば、幸せな気持ちになります。そうではられない時もありますよね。ちょっとした会話のすれ違いが気になり、「こんなはずじゃなかった・・・」と後悔も。相談件数の統計でも原因の多くが「人間関係」となっています。

そこで、先日は「楽に生きられるようになる考え方セミナー」として、公認心理師の佐々木浩介氏の講座を開催しました。ある「出来事」が起こった時、通常私たちは、それが「良いこと」「悪いこと」を「瞬間的に感情で判断」し、「一足飛びに言動」にしてしまいがちだそうです。その出来事が「良いこと」なら問題ありませんが、自分や相手にとって不都合な場合は、負の感情が湧いてきます。そんな時は、その出来事をどう捉え、どう意味づけるか、でその後の言動や環境が変わってくるそうです。人と接するときは、人間関係をどうしていきたいか、を先に考えたり、相手の言動の背景に想像力を働かせてみるとお互いの気持ちが楽になるかもしれませんね。

～ひとりで悩んでいませんか～

人に話すことで心が軽くなる場合があります。カウンセラーがお伺いします。(守秘義務あり)

心のモヤモヤ相談

1/17(金)、1/24(金)、1/29(水)



【時間】午前10時～午後4時
【場所】日置市男女共同参画センター

日置市「市民のための相談室」

相談ダイヤル：099-273-2160



月曜日～金曜日 午前8時30分～午後4時30分
(祝日を除く) <相談無料・秘密厳守>

1月のご案内

催し

さんかく△ひろば
男女共同参画について
みんなで語りませんか。

1月10日(金)
午後2時～午後4時

赤ちゃんの遊びとおはなしの会
『赤ちゃんの発達について』

1月17日(金)
午前10時15分～ ※30分程度
※当日までの予約要。

おはなし会

1月15日(水)
午前10時30分～
午前11時30分

つくってあそぼう

1月24日(金)
午前10時30分～
午前11時30分

相談

健康相談(保健師)



1月10日(金)
午前10時～正午

※「催し」・「相談」はどなたでも参加できます♪また予約は不要です。

健康相談(助産師)



1月17日(金)
午前10時～正午



講座

① 鹿児島弁で笑ったもんせ

1月19日(日)
午後1時30分～午後3時00分

講師 NPO法人残しておきたいかごつま弁協会
理事長 池上優子 先生

笑う門には福来る。今年を鹿児島弁の楽しい話でスタートさせませんか。大人から子どもまで楽しめます。



②

楽しく学ぼう！ 効果的な時間に運動と栄養を！

1月24日(金)
午後1時30分～午後3時00分

講師 出来 由香利 先生



時間を味方につけてさらに元気になるためにわかりやすい栄養学と運動学を学びませんか。動きやすい服装でご参加ください。



定員 30名

定員 15名

無料

要予約

託児有

予約方法:開催日の10日前までに電話またはメールでご予約ください。
申込者多数の場合は抽選を行い、外れた方のみ1週間前までに連絡します。

1月行事予定カレンダー

健康相談
(助産師) ◆

健康相談
(保健師) ♥

心のモヤモヤ相談
(男女共同参画専門員) ♠

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---------------------------|----|----|--|----|---|----|
| | | | 1  | 2 | 3 | 4 |
| | | | 12/28(土)~1/4(土)まで休館です 1/5(日)から通常開館します | | | |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 ♥ 【催し】さんかく△ひろば | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15 【催し】おはなし会 | 16 | 17 ♠ ◆ 【催し】赤ちゃんの遊びと おはなしの会 | 18 |
| 19 【講座】 鹿児島弁で笑ったもんせ | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 ♠ 【催し】つくってあそぼう 【講座】楽しく学ぼう！効果 的な時間に運動と栄養を | 25 |
| 26 | 27 | 28 | 29 ♠ | 30 | 31 | |

🎉 INFORMATION 🎉

加速的に進む少子高齢化の中で、日置市がどうなっていくのか。避けては通れない未来が待つ中で、地域が抱える問題点をどう解決し、守り、持続させていくのか。日置市の未来に向けて、講演を聞き、ともに学びあうまちづくりの勉強会を開催します。ぜひお越しください。

【講座名】 ひおきの未来への突破口！？～人口減少に向けたまちづくり勉強会～

【日時】 令和7年1月26日(日) 午後1時～午後3時

【場所】 日置市中央公民館 1階 中ホール

【講師】 岩永 真一氏(福岡テンジン大学 学長/まちづくりファシリテーター)

【申込先】 日置市企画課国際交流・男女共同参画係 電話:099-248-9403

※電話または右記の申込フォームよりお申し込みください。



【岩永真一氏】



申込QRコード

日置市男女共同参画センター(南銀ATM奥)

【住所】 日置市伊集院町徳重439-8

【TEL・FAX】 099-295-3411

【開館日】 日、水、金(祝日の場合は休館) 午前10時～午後4時

【Mail】 joseiginten@po5.synapse.ne.jp

【ホームページ】 <https://joseiginten.jimdofree.com>



※ 保育士(育児相談)および、モヤモヤ相談(例:自分自身、家庭、地域、職場、人間関係の悩みなど)は、いつでも受け付けています。お気軽にご利用ください。



市民参画活動「ひおき未来探検隊(通称:まるひ)」～その活動を振り返る～

第3次総合計画の策定に向けては、最初に日置市の未来を考えるにあたって大切にしたい「20の問い」を立てました。この20の問いごとに、隊長・副隊長(市民や日置市内の事業者の方)と案内人(市役所職員)で探検隊を結成し、5月から9月まで市民の皆さまと一緒に「日置市のありたい将来像」を探索するための活動を行ってきました。

決起篇(5月)



20の探検隊の隊長・副隊長、案内人(市役所職員)に、今後の活動内容の説明と宝探し篇の企画を考えるワークショップを行いました。

宝探し篇(6月)

「脱炭素探検隊」フィールドワークの様子



多くの市民の参加をいただきながら、各探検隊が企画した「日置市の宝」と言える地域資源を探索するフィールドワークを行いました。

山分け篇(7月)



宝探し篇で得られた「日置市の宝」を共有し、隊長たちと山分け篇に参加した市民の皆さまと一緒に日置市の未来について対話を行いました。

次なる作戦篇(9月)



市民との対話で得られた日置市の未来をもとに、各探検隊が「日置市のありたい将来像」を考えるワークショップを行いました。

「ひおき未来探検隊(通称:まるひ)」のこれまでの活動や総合計画策定の経過は日置市公式ウェブメディア「ひおきと」で紹介しています。今後の活動についても随時更新していきますので、ぜひご覧ください。



「ひおきと」

ひおきと 探検隊通信

検索

脱炭素探検隊の「日置市のありたい将来像」を紹介

まるひの活動を通して、その出発点となっている「問い」に対する「日置市のありたい将来像」を探索してきました。各探検隊の将来像は、「誰の言葉?」と「その人にとって、ありたい将来像は?」のように、人と将来像をセットで作成しました。



【問い】

日置で暮らす私たちが、私たちの暮らしを取り巻く環境を守りながら、幸せになっていくためになにができるだろう?

地域を盛り上げたいと考えている企業経営者

子育て世代の主婦



地域のあらゆる資源を有効活用して、電気の地産地消などを通じて、経済循環を促し、持続可能な日置市にしたい。



市民が省エネ・再エネなどのいろいろな技術を導入し、経済面でも健康面でも我慢せずに脱炭素につながる生活を送れたらいいな。

第3次日置市総合計画の策定は、次の段階へ

～庁内ワーキンググループの活動～

総合計画は、皆さんが住んでいるここ日置市が、どのような自治体を目指すのか、目指すべき将来像を住民全体で共有し、その実現を目指して行動するための基本となる計画です。

日置市では、令和8年度からの新しい総合計画(第3次総合計画)の策定に取り組んでいます。その過程を3つの段階(1. 市民が主体の活動、2. 市役所が主体の活動、3. 最終案策定)に分けて策定していきます。現在は、第一段階を終え、第二段階に移行しています。

第3次日置市総合計画の策定過程(令和6年度～令和7年度)

令和6年度前半(4月～9月)

【市民が主体の活動】

ひおき未来探検隊(通称:まるひ)

20の問いごとに探検隊を結成。

20の探検隊の隊長・副隊長(市民など)が中心になって、フィールドワークなどを実施し、日置市の将来像を模索。

令和6年度後半(10月～3月)

【市役所が主体の活動】

庁内ワーキンググループ

20の探検隊が言語化した日置市の将来像を引き継ぐ市役所内の活動。第3次総合計画の素案を作成。

令和7年度

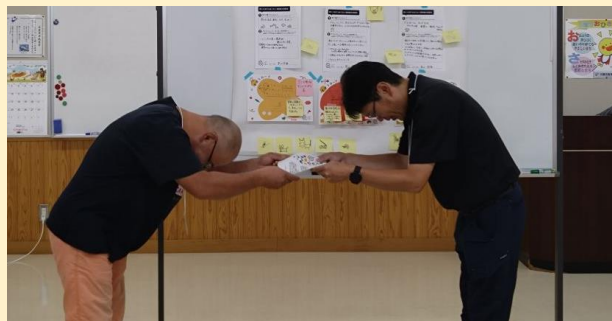
第3次総合計画最終案

作成した第3次総合計画の素案について、パブリックコメントなどを実施し、最終案を作り上げる。

市民の思いをつないでいくために～隊長・副隊長から案内人への引き継ぎ～

9月17日から19日に、まるひ「次なる作戦篇」を開催し、活動を市民主体から市職員へ移行する引き継ぎ式を行いました。

引き継ぎ式では、各探検隊の隊長・副隊長36人から、この5カ月間を一緒に活動した案内人(市役所職員)37人に、庁内ワーキンググループの活動に向かうにあたって、熱のこもった直筆のメッセージが手渡され、隊長・副隊長(市民)の思いを引き継ぎました。



引き継ぎ式の写真(里山・里海探検隊)

10月からの庁内ワーキンググループでは、市民目線と市役所目線の両方から、総合計画策定に向けた材料を生み出すグループワーク(全4回)を実施しています。

庁内ワーキンググループ活動スケジュール

(令和6年11月27日時点)

| | | |
|-----|------------------------|---|
| 第1回 | 10月29日(火) | 【視野を広げてありたい姿を想像する】 基本構想体系の説明/未来の兆しを踏まえたありたい姿の議論 |
| 第2回 | 11月14日(木) 11月15日(金) | 【ありたい姿を実現するための活動と資源を洗い出す】 ありたい姿に対する必要な活動・資源の可視化と紐づけ |
| 第3回 | 12月10日(火) | 【対話を通じてありたい姿を共有する】 ありたい姿の実現に向けた、市民像の発表と市長や関係者との対話 |
| 第4回 | 12月25日(水) | 【ありたい姿をもとに施策の方向性を言語化する】 取り組む領域に対するグループ間の関係性の検討と施策の方向性の検討 |