

◆◆◆ 広島市から健康づくり事業のご案内 主催:広島市 ◆◆◆

広島市健康推進課保健指導係（問合先：082-504-2290）

★5月31日は世界禁煙デーです。この機会に、禁煙をはじめませんか？

喫煙による健康への悪影響は、科学的に明確にされており、具体的には、がん、循環器疾患（脳卒中、虚血性心疾患等）、呼吸器疾患（COPD等）糖尿病、周産期の異常（早産、低出産体重児、死産等）など、多くの疾患等の原因となっています。

各区の保健センター（地域支えあい課）では、禁煙相談をお受けしています。

*禁煙相談について：<https://www.city.hiroshima.lg.jp/soshiki/72/2881.html>

★コロナ禍であっても、がん検診を受診して、自分の健康状態をチェックしましょう！

市民の2人に1人がかかると言われている「がん」は、早期のうちは無症状であることがほとんどです。職場などでがん検診を受ける機会がなく、広島市のがん検診を受けたい方は、事前に検診登録が必要です。登録を希望する場合は、お住まいの区の保健センターにご連絡ください。

*各種健診（検診）について：<https://www.city.hiroshima.lg.jp/site/kenshin/2824.html>

★各区の保健センター（地域支えあい課）では、生活習慣病予防等に関する健康教室や健康相談、歯科相談などを実施しています。ぜひご活用ください。詳細は、各区のホームページをご覧ください。

【中区】<https://www.city.hiroshima.lg.jp/site/nakaku/list491.html>

【東区】<https://www.city.hiroshima.lg.jp/site/higashiku/list496.html>

【南区】<https://www.city.hiroshima.lg.jp/site/minamiku/list501.html>

【西区】<https://www.city.hiroshima.lg.jp/site/nishiku/list506.html>

【安佐南区】<https://www.city.hiroshima.lg.jp/site/asaminamiku/list511.html>

【安佐北区】<https://www.city.hiroshima.lg.jp/site/asakitaku/list516.html>

【安芸区】<https://www.city.hiroshima.lg.jp/site/akiku/list521.html>

【佐伯区】<https://www.city.hiroshima.lg.jp/site/saekiku/list526.html>

★広島市の健康づくりに関する取組については、「元気じゃけんひろしま21ホームページ」

(<https://www.city.hiroshima.lg.jp/site/genki21/>)でも紹介しています。

★健康経営[®]の第一歩を踏み出してみませんか？

広島市では、(株)中国放送及び全国保険協会広島支部と連携を図り、「健康」をテーマにしたラジオキャンペーン「広島家族。元気じゃけんいきいきプロジェクト」を実施しています。

この度、オフィスでできる1分間のトレーニング動画を16本収録したDVDを作成しました。このDVDを健康経営[®]に取り組みたい、またはすでに取り組んでいるという企業にプレゼントしています。なお、配布枚数が上限に達し次第、終了となりますのでご了承ください。

*DVDの応募方法等について：<https://www.city.hiroshima.lg.jp/site/genki21/226570.html>

*ラジオキャンペーンについて：https://radio.rcc.jp/ohiru_ikiiki/

広島市健康推進課保健予防係（問合先：082-504-2622）

★新型コロナウイルス感染症について

最新の情報は広島市ホームページ（<https://www.city.hiroshima.lg.jp/site/korona/>）をご覧ください。

★成人男性の無料の風しん抗体検査・予防接種について

1962年（昭和37年）4月2日～1979年（昭和54年）4月1日生まれの男性は、これまで公的な予防接種を受ける機会がなかったため、他の世代に比べて風しんの抗体保有率が低くなっています。そのため、2022年（令和4年）3月末までに限り、この世代の男性を対象に、無料で抗体検査・予防接種を無料で受けられるクーポン券を送付していましたが、この度、事業の延長が決定しました。対象者の方に対し、住民登録のある市町村から抗体検査・予防接種を無料で受けられるクーポン券（有効期限 2023年（令和5年）3月31日）を郵送していますので、ご利用ください。

詳しくは、広島市ホームページをご覧ください。

*対象の男性向け：<https://www.city.hiroshima.lg.jp/soshiki/72/2993.html>

*事業所の健診担当者向け：<https://www.city.hiroshima.lg.jp/soshiki/72/40092.html>