

9月24日～30日

結核予防週間

昭会先

関市保健センター

☎240111

結核は、まだまだ油断できない病気です。

日本では、毎年約3万人の新たな結核患者が発生しています。

◇結核は、「高齢者」と「若年層」に増加しています。

新たに結核にかかられた人の中には、60歳代以上の方が多く見られます。一方、30～40歳代でも結核に感染する人が増えています。

◇結核の予防・早期発見のためには？

1 早期発見・治療のために…

結核の初期症状は、風邪に似た症状が表れます。せき・たん・微熱・全身のだるさ・胸痛・体重減少などが2週間以上続くようであれば、必ず医療機関で検査を受けましょう。

2 結核の感染や発病を予防するために…

まずは、免疫力を低下させないことが大切です。



- ① 現在かかっている病気について、治療をきちんと行い、悪化させないようにしましょう
- ② 十分な睡眠、バランスのとれた食事、適度な運動など健康な体づくりに心掛けましょう
- ③ 年1回、定期的に胸部レントゲン健診を受けましょう
- ※65歳以上の人は、関市検診受診券を使って、指定医療機関または集団検診にて結核検診を受けることができます。
- ※乳幼児の結核を予防するためにはBCG接種が有効です。生後3～6カ月未満にBCG接種を受けましょう。

長良川鉄道 だより

昭会先

長良川鉄道株式会社(☎23-3921) ホームページ www.nagatetsu.co.jp

JRさわやかウオーキング
水都と城下町
郡上八幡を訪ねて

長良川鉄道とJR東海が共同で「さわやかウオーキング」を開催します。秋の奥美濃・郡上八幡の城下町をさわやかに散策してみませんか。

◆開催日 10月29日(土)

◆コース 郡上八幡駅(発着地点) ↓ 宗祇水 ↓ 郡上八幡博覧館 ↓ 郡上八幡城 ↓ 慈恩禅寺 ↓ サンプルビレッジ・いわさき ↓ 郡上八幡駅

◆距離 7・1キロ

◆所要時間 約2時間30分

◆その他 郡上八幡駅まではお得な「1日フリー切符(2000円)」をご利用ください。

・帰りに「みなみ子宝温泉駅」で途中下車し、子宝の湯への入浴もお勧めです。長良川鉄道をご利用の方は入湯税50円のみで入浴できます。

長良川鉄道開業25周年記念
鉄道模型Nゲージ

長良川鉄道開業25周年を記念して、おなじみの赤い車体の鉄道模型を作製しました。

◆商品 ナガラ300型鉄道模型Nゲージ(302号車・動力なし)

価格 3700円

◆販売箇所 長良川鉄道有人駅(美濃太田・関・美濃市・郡上八幡・美濃白鳥)

◆発売日 10月8日(土)

◆その他

・数量500台の限定生産です。
・10月8日(土)・9日(日)に名古屋市・金山総合駅で開催される「第18回鉄道の日記念イベント」会場でも販売します。



※詳細は、長良川鉄道運輸部までお気軽にお問い合わせください。