

# 高齢者クラブで仲間と生きがいづくり

都城市高齢者クラブ連合会では、生きがいや健康づくりなどの活動や、地域を支える社会活動などに取り組んでいます。今回は、高齢者クラブの活動などを紹介します。

◎問い合わせ 福祉課 ☎23-3102

## 高齢者クラブとは

高齢者クラブは、住み慣れた地域を基盤とする自主的な組織です。家に引きこもりがちな高齢者の孤独を解消し、地域内の仲間同士が、生きがいと健康づくりに努め、生活を豊かにする楽しい活動を行うとともに、これまで培った知識や経験を生かし、自治公民館などと共同して地域を豊かにする社会活動を行っています。

## 活動の基本は単位クラブ

高齢者クラブの会員は、自治公民館ごとに組織された単位クラブで活動しています。  
※市内には、令和5年3月末現在で、97のクラブと約3千人の会員がいます。

## 会員募集中

おおむね60歳以上の人を対象に会員を募集しています。地域の皆さんと、生きがいづくりをしてみませんか。また、活動に参加できない人でも、会員になることができます。気軽に相談ください。



## 高齢者クラブの活動

●生活を豊かにする活動  
グラウンドゴルフやスカットボールなどのシニア・スポーツをはじめ、趣味や文化、芸能などのサークル活動、研修会など、日々の暮らしを豊かにする活動を行っています。

●地域を豊かにする活動  
会員の知識や経験を生かしたボランティア活動や環境美化・リサイクル活動、文化伝承や世代間の交流活動、子どもの見守り活動など、地域を豊かにする活動を行っています。

●入会申し込み  
都城市高齢者クラブ連合会（総合福祉会館内）  
☎24-9700

## ワクチンで予防できる

# 「子宮頸がん」

◎問い合わせ 保健センター ☎36-5661



年間約1・1万人の女性が罹患し、そのうち約2900人が死亡している子宮頸がん。近年、20代～30代の若年層で増加傾向にあり、全体の95%以上がHPV（ヒトパピローマウイルス）への感染が罹患の原因であることが分かっています。

## 子宮頸がんにかからないために

HPVの感染は、ワクチンの接種により予防することができますので、子宮頸がんは、ワクチン接種で予防できる唯一のがんといえます。市では、HPVへの感染を防ぐための予防接種を無料で実施しています。

### 【定期接種】

- 対象 小学6年～高校1年相当の女子
- 回数 3回
- キャッチアップ接種
- 対象 平成9年4月2日～平成19年4月1日生まれの女子
- 回数 3回（すでに一部接種して

いる場合は残りの回数）

●期間 令和7年3月31日まで

※接種方法など詳しくは、市ホームページを確認ください



## 無料で接種できる HPVワクチンが3種類になりました

2価ワクチン（サーバリックス）、4価ワクチン（ガーダシル）の2種類に加え、本年度から9価ワクチン（シルガード9）も無料で受けることができるようになりました。

## がん検診も忘れずに

ワクチン接種により全ての子宮頸がんが防げるわけではありませんが、定期的な子宮頸がん検診を受けましょう。



# 令和4年度

## 市指定文化財を紹介します

本市には現在、国指定7件、県指定22件、市指定82件、国登録14件の指定文化財があります。

今回は、令和4年度に指定した市の指定文化財「絹本着色天長寺十八世法印権大僧都覚尊像」を紹介します。

◎問い合わせ 文化財課 ☎23-9547

### 史料に描かれる覚尊

本史料には、現在の都島町にある天長寺の第18代住職を務めたとされる「覚尊」が描かれています。覚尊は、都城島津家の家臣であった土持氏の出身で、土持則綱の次男といわれています。

本史料で描かれた覚尊の服装は、「庄内地理志」に記載の残る延宝9（1681）年3月に当時の都城島津家第18代当主久理の病状回復を祈っ



### 市指定文化財に指定した理由

廃仏毀釈の激しかった旧鹿兒島藩内。都城の地域においても、古文書に記載がみられる当時の僧侶の姿が描かれた史料が現存するのは大変貴重であることから、市指定文化財（美術工芸品）に指定しました。

## あなたと大切な人を守るために、風しん感染を防ぎましょう

◎問い合わせ 健康課 ☎23-2765

### 風しんとは

感染者の咳やくしゃみ、会話などで飛び散る飛沫を吸い込んで感染します。小児は発熱や発疹、首や耳の後ろのリンパ節が腫れ、通常は数日で治りますが、まれに高熱や脳炎になって入院することがあります。成人は高熱・発疹の長期化や関節痛など、重症化する可能性があります。

また、妊娠初期（20週以前）の妊婦が感染すると、赤ちゃんが先天性心疾患や白内障、難聴を特徴とする先天性風しん症候群を持って生まれてくる可能性が高くなります。

### 風しんの追加的対策

公的に風しんワクチンの予防接種を受ける機会のない世代を対象に、風しんの抗体検査と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す。風しんに対する抵抗力を確認するための抗体検査を行い、抗体が低い場合は予防接種を受けます。抗体検査と予防接種は無料で、各医療機関で受けられます。

●対象 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性（全員に無料クーポン券を送付済み）

これまでに抗体検査や予防接種を受けた人は、再度受ける必要はありません。

●無料クーポン券の有効期限延長  
有効期限が「2020年3月」「2021年3月」「2022年2月」と表示されていても、「2024年2月」まで使用できます。

紛失した場合は再発行できません。また、転入した人で、以前に居住していた市町村のクーポン券を持っている人は、都城市のクーポン券と交換します。抗体検査を希望する人は、健康課まで問い合わせください。



厚生労働省ホームページ