

検診で「健康確認・早期の発見」
各種がん検診を受診しましょう

各種がん検診を実施しています。受診を希望する人は、健康管理課まで登録をお願いします。

各種がん検診(胃がん・胸部レントゲン・肝炎ウイルス)・前立腺がん、大腸がん検診を上記の日程で実施します(対象地区は目安です。実施日のいつでも受診できます)。なお、各種がん検診は今回が最後の実施になります。この機会に受診してみたいかがでしょうか。

各検診の内容は、次の通りです(年齢は平成27年3月末)。
胃がん検診 対象: 40歳以上
 検査内容: 胃部レントゲン検査(バリウム剤使用)
 料金: 900円

◆胃がん・胸部レントゲン・前立腺がん・肝炎ウイルス検診日程表

9月実施日	場 所	対象地区	実施時間
5日(金)	野栄福祉センター	共興	午前のみ
7日(日)		栄(栢田) 平日受診できない人	午前・午後
8日(月)		栄(川辺・堀川)	午前のみ
9日(火)	保健センター	須賀	午前のみ
18日(木)		匝瑳・これまで受診できなかった人	午前のみ
19日(金)		これまで受診できなかった人	午前・午後

※【午前】8:15～10:00 【午後】13:00～15:00

◆大腸がん検診日程表

9月実施日	場 所	対象地区	実施時間
26日(金)	保健センター	平和 椿海	9:00～11:00
27日(土)			7:00～11:00
29日(月)			

まだの人は今月までに
国保特定健診と
後期高齢者健診

特定健診を受けて、健康状態をチェックし、生活習慣病を予防しましょう。

◆個別健診

9月30日(火)まで各医療機関で実施

◆集団健診

日時…9月11日(木) 9時～11時、13時～15時 会場…保健センター

※健診の内容や個別健診協力医療機関については、対象者へ事前送付してある通知または広報そうさ5月号14ページをご覧ください。

問《健診の内容》健康管理課 ☎73-1200
《受診資格》市民課国保年金班 ☎73-0086

問 健康管理課 ☎73・1200

料金: 500円
 以上 検査内容: 便潜血検査
 《大腸がん検診》対象: 40歳以上
 液検査 料金: 300円
 検査内容: 血液検査 料金: 無料
 《前立腺がん検診》対象: 50歳以上の男性
 検査内容: 血液検査 料金: 300円
 《胸部レントゲン検診》対象: 40歳以上
 料金: 無料
 《肝炎ウイルス検診》対象: 40歳以上で今まで受けていない人
 検査内容: B型およびC型肝炎ウイルス検査(血液検査) 料金: 無料

休日当番医 (診療時間: 8時30分～17時00分)

期 日	内 科 医	外 科 医
7日(日)	越川医院(横芝光町宮川) ☎84-0103	匝瑳市民病院(八日市場イ) ☎72-1525
14日(日)	九十九里ホーム病院(飯倉) ☎72-1131	九十九里ホーム病院(飯倉) ☎72-1131
15日(月)	野澤医院(八日市場イ) ☎73-2245	東葉クリニック(八日市場イ) ☎73-3311
21日(日)	鈴木医院(椿) ☎72-0012	守医院(椿) ☎73-5511
23日(火)	福島医院(八日市場イ) ☎72-0175	匝瑳市民病院(八日市場イ) ☎72-1525
28日(日)	九十九里ホーム病院(飯倉) ☎72-1131	九十九里ホーム病院(飯倉) ☎72-1131

※都合により、当番医が変更になる場合がありますので、確認する場合は消防組合 ☎72-0119にお問い合わせください。

問 健康管理課 ☎73-1200

申し込みは千葉県へ

原爆被爆二世健康診断の実施

県では、原爆被爆二世に対する健康診断を実施しています。

対象者…原爆被爆者の実子で、県内に住所があり、受診を希望する人 申込期限…平成27年1月31日(土)必着 申込方法…受診希望者の住所・氏名・生年月日・電話番号および被爆者である親の住所・氏名・生年月日・被爆者健康手帳番号を書いて、県へ郵送。

申 問 ☎260-8667 (住所省略可)

県健康福祉部被爆者援護班 ☎043-223-2349

旭中央病院からのお願い

整形外科の初診には紹介状が必要です

旭中央病院では、初診で受診する人に「紹介状」の持参をお願いしています。

特に、整形外科では、初診の受け付けは「紹介状」を持参した人のみとなっています。旭市民以外の方が初診で受診される場合には、必ず「紹介状」を持参してください。

問 旭中央病院 ☎63-8111

給食室からこんにちは

No.17



豆腐のキノコあんかけ

これから旬を迎えるキノコを使った料理を紹介します。たんぱくな味の豆腐も甘めのキノコあんでおいしく食べられます。

材料 4人分…豆腐1丁 片栗粉適量 揚げ油適量 鶏ひき肉40g 酒小さじ1 タマネギ50g シメジ50g エノキ30g マイタケ20g 砂糖小さじ2 しょうゆ小さじ2 水大さじ1

作り方

- ①豆腐を1/8に切り、水を切ってから片栗粉をまぶして油で揚げる。
- ②鍋に鶏ひき肉と酒を入れ、から炒りする。
- ③②にタマネギ・シメジ・エノキ・マイタケを入れて炒め、しんなりしたら調味料と水を加え片栗粉(小さじ1)でとろみをつける。
- ④①の揚げ豆腐にキノコあんをかける。

◆栄養価(1人分) エネルギー 127kcal たんぱく質 5.2g 脂質3.3g カルシウム62mg 食塩相当量0.3g

問八日市場学校給食センター ☎73-5001

応援します 健康づくり

No.17

乳がん検診はどんな検査?

乳がんは、女性がかかるがんの第1位で、日本人女性の15人に1人がかかるといわれています。乳がんの早期発見のために、1年に1度、乳がん検診を受けましょう。市の乳がん検診は市民病院で行う「個別検診」と、検診車で行う「集団検診」があり、年代別に検査方法が異なります。

30歳代：超音波検査

40歳代：超音波検査・マンモグラフィ検査隔年実施

50歳代以上：マンモグラフィ検査

【集団検診＝検診車での検診方法】

- ◆検診車に乗る前に受け付けと問診を行います。
 - ◆検診車に乗り、車中で上半身裸になります。
- 超音波…ベッドの上にあおむけになり、乳房全体にゼリーを塗って、プローブ(端子)をあて検査します。痛みはなく、妊娠中も検査ができます。検査室は、画面を見やすくするため、少しうす暗くしています。
- マンモグラフィ…乳房を片方ずつ、フィルムを入れた台と透明なプラスチックの板ではさんで圧迫し、乳房を薄く平らに広げてレントゲン撮影をします。圧迫のときに痛みを感じるがありますが、圧迫している時間は数10秒です。

問健康管理課 ☎73-1200



男子の部で優勝した豊栄小

◆匠瑤市少年少女ミニバスケットボール大会(7月12日～13日・八日市場ドーム)

【男子の部】

優勝：豊栄小学校
準優勝：八日市場小学校
3位：椿海小学校

スポーツ結果 (敬称略)



女子の部で優勝した椿海小

【女子の部】

優勝：椿海小学校
準優勝：匠瑤小学校
3位：共興小学校

【最優秀選手賞】

男子…大目幸輝(豊栄小)
女子…井上寛菜(椿海小)

健康運動教室

※申し込みは不要です。

はつらつ教室 (八日市場公民館)

日11日(木) 受付 13:00～13:30
対象 市内在住で健康づくりをしたい65歳以上の人
持物 汗ふきタオル、飲料水

はつらつ教室 (のさかアリーナ)

日30日(火) 受付 13:00～13:30
対象 市内在住で健康づくりをしたい65歳以上の人
持物 汗ふきタオル、飲料水、室内用運動靴

問高齢者支援課 ☎73-0033

成人健康相談

日4日(木) 時間 9:00～11:00
場所 保健センター
内容 血圧測定、栄養相談、歯科相談など
持物 健康手帳(持っている人)

問健康管理課 ☎73-1200