

その笑顔、いつまでも

あなたにとって大切な人は誰ですか？
夫、妻、子ども、孫…。
目を閉じて思い浮かべてみましょう。
かけがえないその笑顔。誰もが失いたくはないはずですが、
健康な今だからこそ、真剣に考えてみませんか。
あなたの健康のこと。



検診を受けましょう

市では毎年、各種検診を実施しています。この機会にぜひ受診しましょう。

受診するには登録が必要です。新規に希望する人、過去3年以上受診しなかった人は健康管理課へ申し込みをしてください。

※ **個** 個別検診 **集** 集団検診

※年齢は平成25年3月31日現在の年齢です。

※70歳以上と生活保護世帯の人は無料です。

問 健康管理課 ☎73-1200



骨粗しょう症

集

- 対象** 女18～35歳、40、45、50、55、60、65、70歳
- 料金** 500円
- 内容** 超音波骨量検査
- 日程** 表1の通り
※18～34歳(20、25、30歳を除く)の人は、会場で直接問診票をお渡しします。

大腸がん

集

- 対象** 男女40歳～
- 料金** 500円
- 内容** 便潜血検査
- 日程** 5月号9ページ

乳がん

個 集

- 対象** 女30歳～ **料金** 300円
- 内容** 乳房X線撮影(50歳～)
超音波検査(30～40歳代)※40歳代の人は超音波検査とX線撮影を隔年で実施
- 日程** **個** 8月まで
集 10/9(火)、10(水)、11(木)、14(日)、15(月)、16(火)、20(土)

子宮がん

個 集

- 対象** 女20歳～
- 料金** **個** 頸部^{けい}1,000円、頸部・体部1,500円
集 頸部600円、頸部・体部700円
- 内容** 子宮頸部細胞診検査
- 日程** **個** 8月まで
集 表1の通り

胃がん

集

- 対象** 男女40歳～
- 料金** 900円
- 内容** 胃部レントゲン撮影(バリウム使用)
- 日程** 表2の通り

肺がん

集

- 対象** 男女40歳～
- 料金** 無料
- 内容** 胸部レントゲン撮影
- 日程** 表2の通り

肝炎ウイルス

集

- 対象** 男女40歳～
- 料金** 無料
- 内容** 血液検査
- 日程** 表2の通り

前立腺がん

集

- 対象** 男50歳～
- 料金** 300円
- 内容** 血液検査
- 日程** 表2の通り

クーポン券で検診が無料に!

昨年度に特定の年齢に達した女性に対して、子宮がん検診(頸部)と乳がん検診に関する検診手帳と、検診費用が無料になるクーポン券を送付します。対象者は今年4月20日現在で本市に住所があり、下表に該当する人です。なお、クーポンの発送は、子宮がん検診が7月上旬ころ、乳がん検診が8月上旬ころです。

◆クーポン対象者の検診期間

子宮がん検診(頸部)…7月29日～12月28日

乳がん検診…9月1日～12月28日

※市の個別検診に登録している人でクーポン対象の人も上記期間となります。同封の書類をご確認の上、検診時に持参してください。

◆無料クーポン対象者

子宮がん検診	年齢	生年月日
	20歳	平成3年4月2日～平成4年4月1日
	25歳	昭和61年4月2日～昭和62年4月1日
	30歳	昭和56年4月2日～昭和57年4月1日
	35歳	昭和51年4月2日～昭和52年4月1日
	40歳	昭和46年4月2日～昭和47年4月1日
乳がん検診	年齢	生年月日
	40歳	昭和46年4月2日～昭和47年4月1日
	45歳	昭和41年4月2日～昭和42年4月1日
	50歳	昭和36年4月2日～昭和37年4月1日
	55歳	昭和31年4月2日～昭和32年4月1日
	60歳	昭和26年4月2日～昭和27年4月1日

がん予防は生活習慣の改善から!

1981年以来、がんは日本人の死因第1位。今や国民の3人に1人ががんで亡くなる時代を迎えています。

現段階では、禁煙をはじめとした生活習慣改善が最も実行する価値のある予防法といえるでしょう。

次の12か条は、科学的根拠に基づいた日本人のためのがん予防法です。あなたのライフスタイルをチェックし、今日から意識を変えていきましょう。

- 1条 たばこは吸わない
- 2条 他人のたばこの煙をできるだけ避ける
- 3条 お酒はほどほどに
- 4条 バランスのとれた食生活を
- 5条 塩辛い食品は控えめに
- 6条 野菜や果物は豊富に
- 7条 適度に運動
- 8条 適切な体重維持
- 9条 ウイルスや細菌の感染予防と治療
- 10条 定期的ながん検診を
- 11条 身体の異常に気がいたら、すぐに受診を
- 12条 正しいがん情報でがんを知ることから



◆表1 子宮がん・骨粗しょう症検診日程表

実施日	場所	対象地区	実施時間
7月29日(日)	保健センター	八日市場イ	午前
		八日市場口・ハ・ニ・ホ・若潮町	午後
31日(火)	保健センター	共興	午前
		須賀	午後
8月1日(水)	野栄福祉センター	栄	午前 午後
		豊栄	午前
2日(木)	保健センター	豊和	午後
		匝瑳・吉田・飯高	午前
3日(金)	保健センター	平和	午後
		野田	午前 午後
4日(土)	野栄福祉センター	野田	午前 午後
		椿海	午前 午後

※受付…【午前】9:20～11:00【午後】13:00～14:30

◆表2 胃がん・肺がん・肝炎ウイルス・前立腺がん検診日程表

実施日	場所	対象地区	実施時間
7月3日(火)	野栄福祉センター	野田(野手)	午前・午後
4日(水)	野栄福祉センター	野田(今泉・新堀)	午前
5日(木)	保健センター	平和	午前・午後
6日(金)	保健センター	吉田	午前
8日(日)	保健センター	椿海	午前・午後
9日(月)	野栄福祉センター	これまで受診できなかった人	午前・午後

※開場…7:45 受付…【午前】8:15～10:00【午後】13:00～15:00

※共興、須賀、匝瑳、栄地区は10月に実施します。

※表1、表2とも、対象地区は目安です。都合が悪い場合は別の日程でも受診できます。

今月から始まります

◆特定健診と後期高齢者健診
対象者には5月中旬に受診票などを送付しました。個別健診または集団健診のいずれかで受診してください。

◆成人歯科健診

右表1の期間中、成人歯科健診を同時に実施します(各日午前のみ)。健診を受けて、お口の状態をチェックしましょう。

なお、歯科健診は今月も行っています。
内容: 口腔内診査、
歯科保健指導

対象者: 18歳以上の市民

受付時間: 9時～11時

※国保特定健診、後期高齢者健診の詳細、今月の成人歯科健診日程については、広報さうさ5月号9ページをご覧ください。

