

# 平成27年度 町のがん検診

検診の種類によって、対象となる年齢や性別が異なります。ご確認の上、お申し込みください。

- 対象者 町内に住所を有する方
- ※検診の種類によって対象年齢が異なります。
- 年齢 平成28年3月31日時点での年齢

検診は無症状の人を対象にしているものです。自覚症状のある方、これまで経過検査を受けている方や治療中の方は医療機関での検査が望ましいため、お申し込みはご遠慮ください。また、自覚症状がある場合は早めに医療機関を受診ください。

〔がん検診申込みは登録制です〕

- ・新規に集団検診を希望する方は、がん集団検診新規登録申込書または電話・FAX・e-mailにより保健センターまでお申し込みください（がん集団検診新規登録申込書は、広報3月号と共に各世帯1部配布しています）。
- ・新規に個別検診を希望する方は、保健センターへお申し込みください（集団検診と個別検診の両方は受けられません）。
- ・国保多古中央病院での個別検診の申し込みは3月末日までに、子宮頸がん個別検診は9月末日までにお申し込みください。

検診名	検診内容	対象者	期日	時間・場所	検査料金	町負担分	個人負担金	
子宮がん検診	子宮頸部細胞診	20歳以上の女性	4月15日(水) 4月23日(木)	午前9時～11時30分 午後1時～3時 保健センター	3,703円	3,003円	700円	
乳がん検診	超音波検査	30～39歳の女性	4月30日(木) 5月9日(土) 5月20日(水)	午前9時～11時30分 午後1時～3時 保健センター	4,135円	3,335円	800円	
	マンモグラフィ	50歳以上の女性	4月24日(金) 4月30日(木) 5月9日(土) 5月20日(水)		3,811円	3,011円		
胃がん検診	胃部レントゲン(バリウム造影)	40歳以上の男女	6月25日(木) 6月26日(金) 6月27日(土) 6月28日(日) 6月29日(月)	午前7時30分～11時 保健センター	5,229円	4,229円	1,000円	
大腸がん検診	便潜血反応検査(便を2日採取)	40歳以上の男女	7月に容器配布(郵送もできます) 7月15日(水)～8月5日(水)まで胸部レントゲン会場または保健センターで検体回収		1,468円	968円	500円	
肺がん検診	胸部レントゲン(結核検診兼)	40歳以上の男女	7月15日(水)～22日(水) (日・祝日除く)	午前9時～11時30分 午後1時～3時 福祉センターまたは役場南庁舎	1,700円	全額	無料	
	かくたん細胞診(痰を3日採取)		胸部レントゲン会場で容器配布 後日保健センターで検体回収		3,186円	2,486円	700円	
前立腺がん検診	前立腺特異抗原(PSA)検査(血液検査)	50歳以上の男性	7月15日(水)～22日(水) (日・祝日除く)	午前9時～11時30分 午後1時～3時 福祉センターまたは役場南庁舎	2,160円	1,660円	500円	
				※結核検診・特定健診と合同				
個別検診	胃がん検診	40歳以上の男女	5月中の月曜～土曜	午前8時30分 国保多古中央病院	12,000円	9,700円	2,300円	
	大腸がん検診				1,700円	1,200円	500円	
	肺がん検診				胸部レントゲン(結核検診兼)	2,100円	1,600円	500円
					かくたん細胞診(痰を3日採取)	3,400円	2,700円	700円
子宮頸がん検診	子宮頸部細胞診	20歳以上の女性	6月～10月	麻野クリニック いしいクリニック 岩沢クリニック 尾崎クリニック さんむ医療センター 高根病院 松岸レディースクリニック 渡辺医院	7,400円	5,400円	2,000円	
				※診療日時は各医療機関による				

# 町の健康応援団

保健センターでは、平成27年度もあなたの健康作りや子育てを応援する事業を実施します。お気軽にご利用ください。

保健センター  
☎77 - 1891 Fax77 - 1970  
✉hoken-c@town.shibayama.lg.jp

## 運動でアンチエイジング するすあつぷ講座

毎日ちょっとずつでもいいので運動するよう心掛けていますか？心掛け次第で1年後、3年後のあなたの体が違ってくると思います。何気ない時間ちょっとした工夫で全てを運動につなげることができます。日常生活でちょっとした運動を取り入れ、アンチエイジング目指して体を動かしてみませんか？

激しい運動はしません。毎日の運動習慣に役立つ簡単な体操や運動について紹介しますので、気軽に参加してください。

### ■日程（4回コース）

- ①4月21日(火) ②5月19日(火)
- ③6月16日(火) ④7月23日(休)

■時間 午前10時～11時30分

■場所 保健センター

■対象 30歳～69歳くらいまでの男女

■定員 20人

### ■内容

- (1)健康チェック 体脂肪、血圧測定
- (2)運動実習 自宅でできる簡単ストレッチなど

健康の基本は体作りから。日々の生活の中で役立つ、簡単な運動や知識をご紹介します講座です。

■参加費 コースで500円（保険・お茶代など）

※初回参加時に集金します。

### ■申込み・問合せ

参加を希望される方は、3月31日(火)までに氏名、年齢、住所を保健センターまでご連絡ください。申し込まれた方には通知します。

※申込み多数の場合は抽選とさせていただきます。



## 親子仲良く遊びの時間 ほのぼの子育て広場

平成27年度も、保健センターと福祉センター「やすらぎの里」の2箇所、毎月1回ずつ部屋を開放します。

気分転換に親子で遊んだり、子ども同士遊ばせたりするだけでなく、友達づくりや情報交換など、お母さん同士の交流の場としてもご利用ください。

■対象者 0～4歳の親子

■内容 2階の部屋で自由にお過ごしください（おもちゃを用意してあります）。

### ■場所と日程

保健センター 2階	福祉センター 「やすらぎの里」 2階
	4月15日(水) 5月20日(水)
6月3日(水) 7月1日(水)	6月17日(水) 7月15日(水)
8月5日(水) 9月2日(水)	8月19日(水) 9月16日(水)
12月2日(水) 1月6日(水)	10月21日(水) 11月18日(水)
2月3日(水) 3月2日(水)	12月16日(水) 1月20日(水)
	2月17日(水) 3月16日(水)

子どもも親も一緒に楽しむ、月に一度の触れ合いの場です。ご自由にご参加ください。

■開放時間 午前9時30分～午後0時30分

※申し込み不要、開催時間内出入り自由です。開放時間内のご都合のつく範囲でお好きな時間にご利用ください。

※保健センター会場の時には、希望者には身体計測および保健師・栄養士が相談に応じます。

## 参加しませんか？育児グループ

保健センターでは現在5つの育児グループが活動しています。月1～2回ほど集まり、同じ悩みや不安を育児仲間と話し合い、心も体もリフレッシュしているようです。

参加してみたい方は、保健センターで仲介しますのでご連絡ください。

また、新しく友達とグループを作った方や作りたい方なども、皆さんにお知らせしてよろしければご連絡ください。