

受けましょう！

乳がん検診

《対象》 40歳以上の女性

《料金》 40～49歳：2,200円 50歳以上：1,200円

※ 4月1日現在で40歳、又過去に無料クーポンの配布を受けていたが未受診の女性の方には無料クーポンを郵送します。受診の際には無料クーポンを忘れずにお持ちください。

《申し込み方法》 事前に役場健康福祉課（6-0104）に電話でお申し込みください。

《申込期間》 5月7日（水）～5月16日（金）まで

月 日	時 間	会 場
6月10日（火）	13:30～18:00	美田児童館
6月11日（水）	8:30～18:30	中央公民館
6月12日（木）	9:30～14:30	黒木公民館

- ①申し込み順にご希望の日程と時間を30分単位に振り分けさせていただきます。
- ②その際には、住所（番地）、氏名、生年月日をお聞きします。
- ③当日は、受付時間の10分前にお越しください。
- ④当日、簡単な問診を行います。

☆視触診は行いませんので、自己検診をしっかり行いましょう！

【自己検診方法】

- ① まずは、鏡の前で形をチェック（形の変化、へこみ、ひきつれ、ただれ）
 - ② 両手を挙げた状態で、①と同じことをチェックします。
 - ③ 図のように、片手を挙げ、指の腹3本で軽く圧迫しながら、鎖骨の下からわきの下の方まで胸全体を矢印の方向へまんべんなく触れます。
(石鹸や乳液をつけてすべらせるようにして) つままずに、ゆっくりと丁寧に触るのがポイントです。
 - ④ 腕を下げて、胸を張った状態で③と同じことをします。
 - ⑤ 最後に、脇の下、鎖骨の下にしこりがないか、左右の乳首から分泌物が出ないかをチェックします。
- ※毎月、生理一週間後（閉経後の方は毎月日にちを決めて）、視触診を行いましょう。



《大腸がん検診容器提出期間》 6月15日（日）～20日（金）まで

※特定健診を受診しない方でも、受けられます。

月 日	時 間	会 場	月 日	時 間	会 場
6月15日（日）	13:30～15:30	中央公民館	19日（木）	8:30～14:30	船越公会堂
16日（月）	8:30～15:00		20日（金）	8:30～9:30	珍崎公民館
17日（火）	8:30～18:30	県集合庁舎	9月9日（火）	11:00～12:00	赤ノ江公民館
18日（水）	8:30～14:30			13:30～18:30	中央公民館

- ① 予約された方には、6月初めに検査容器と案内文をご自宅に郵送します。
- ② 自宅で2日分の便を採取します。
- ③ 特定健診・後期高齢者健診の会場にて容器を提出します。

《提出予備日》 6月30日（月）の午前中に役場健康福祉課までご持参ください。

胃がん検診

《対象》40歳以上の男女

《料金》1,500円

どんな検診？

- ・バリウムと胃をふくらませる発泡剤を飲んで、エックス線で撮影し、胃の形や粘膜に異常がないかをみます。
- ・検診時間は5分程度です。

電話予約をしなかった場合

- ・当日でも胃がん検診は受診できますが、予約された方が優先されます。ご了承ください。

月日	受付時間	会場
5月 8日(木)	13:30～14:30	黒木公民館
5月 9日(金)	7:00～10:00	中央公民館
5月12日(月)	13:30～14:30	赤ノ江公民館
5月13日(火)	7:00～7:40	船越公会堂
	8:30～9:30	老人福祉センター



早期の発見で
完全に治せる！



注意事項

- ◇午前に検診される場合…前夜の9時以降の夜食と朝の食事は抜いてください。
- ◇午後に検診される場合…検診当日は軽い朝食をとっていただいて結構です。ただし、検診6時間前に済ませましょう。肉類、貝類、天ぷら、ラーメン、練り製品、こんにゃく、海藻類、きのこ類などは避けましょう。
- ◇降圧剤や心臓の薬を服用している場合…いつもどおりの時間に少量の水で飲んでください。飲んだことを検査の担当者にお伝えください。
- ◇インスリン注射をしている場合…主治医の指示に従ってください。

大腸がん検診

《対象》40歳以上の男女

《料金》500円

- ※4月1日現在で40、45、50、55、60歳の方には無料クーポンを郵送します。検診の際には無料クーポンを忘れずにお持ちください。
- ※未開封の場合は容器を回収させていただきます。**開封された場合は180円**かかります。

《申し込み方法》事前に役場健康福祉課(6-0104)に電話でお申し込みください。

《申込期間》5月7日(水)～5月16日(金)まで

どんな検診？

- ・いわゆる検便です。専用の容器に便を少しつけて提出すると、目に見えない血液が便中にまじっていないかどうかを調べます。(便潜血反応)

予約の際に

- ・氏名
 - ・住所
 - ・生年月日
 - ・電話番号
- をお聞きます

