

02 骨粗しょう症予防のための健康教育（骨密度測定）

申込期間：7月1日～31日

対象：町内在住の18歳以上の女性
 検査内容：①かかとの骨の超音波検査
 ②保健師・管理栄養士のミニ講座 ※①のみは不可
 日時：9月26日(水)
 ①9:00 ②10:00 ③11:00 ④13:00 ⑤14:00 ⑥15:00
 場所：保健センター
 定員：200人（定員を超えた場合は抽選）
 自己負担金：なし
 申込期間：7月1日(日)～31日(火) ※7月31日必着



03 ママのための健康診断

申込期間：7月1日～31日

対象：町内在住の40歳未満の子育て中の女性
 ※職域などで検診受診機会がない人を優先します。
 検査内容：①かかとの骨の超音波検査
 ②血液検査
 日時：9月25日(火)※10月22日(月)に検査結果説明会があります。
 ①9:00 ②9:30 ③10:00 ④10:30 ⑤11:00
 場所：藤久保公民館ホール
 定員：100人（定員を超えた場合は抽選）
 自己負担金：500円
 申込期間：7月1日(日)～31日(火) ※7月31日必着
 その他：希望者には保育があります。月齢年齢を問わず、一緒に検診ができます。



介護予防事業「はつらつ元気教室」

65歳以上の皆さんへ

内容：楽しく身体を動かしながら、肩こり、腰痛を予防し、お口のケアの話聞いて「はつらつ笑顔」になりましょう。
 対象：65歳以上の人 定員：30人
 日時：7月6日(金)・13日(金)の2回1コース 10:00～12:00
 場所：竹間沢公民館ホール
 参加料：無料（タオル・水分補給用の飲み物は持参）
 講師：管理栄養士、歯科衛生士、理学療法士、作業療法士
 申込み・問い合わせ：地域包括支援センター ☎258-0019（内線188・189）



実施日：7月6日・13日

ずっと健康でいたいから… 検診を受けましょう

ずっと健康でいるため、病気の予防のため検診を受診しましょう。01～03の各検診の申し込み方法はすべて同じです。官製はがき、FAX、メール、QRコードで申し込みください。
【記入内容】
 1、〇〇検診申込み 2、住所 3、氏名 4、生年月日 5、性別 6、電話番号 7、検査の希望日時



QRコードで簡単に申し込みができます。



01 乳がん検診（集団）

実施日：9月3日・4日・5日

30歳以上の女性の皆さんへ

乳がん検診を受けてみませんか

日本では、乳がんにかかる人が増加しています。現在女性では、乳がんは最もかかりやすいがんであり、30代になると、子宮がんよりも乳がんの方が発生する確率が高くなっています。また40～50歳代に多く、この年代に乳がん発生率はこの20年間で約2倍に増加しています。数年後、乳がんになる人は年間5万人に到達すると予測されています。



乳がん検診（集団）

対象：町内在住の満30歳以上女性で
 ①奇数月生まれの人
 ②昨年度乳がん検診をしていない偶数月生まれの人
 ③クーポン対象の人
 検査内容：①視触診 ②マンモグラフィ検査
 日時：9月3日(月)、4日(火)、5日(水)
 午前：①9:00 ②9:30 ③10:00
 ④10:30 ⑤11:00 ⑥11:30
 午後：⑦13:00 ⑧13:30 ⑨14:00
 ⑩14:30 ⑪15:00
 場所：保健センター
 定員：270人（定員を超えた場合は抽選）

自己負担金：2,000円
 申込期間：7月1日(日)～31日(火) ※7月31日必着

下記の人は集団検診のマンモグラフィ検査ができません。
 ①妊娠している人、妊娠している可能性のある人
 ②授乳中の人
 ③豊胸術をした人
 ④胸壁に人工物（ペースメーカー・IVHポート、IVシャントなど）が入っている人
 ⑤乳房の手術後1年以内の人

がん細胞の成長と時間

乳がんは、検診の有効性が世界各国で証明されています。乳がんでは、たった1つのがん細胞が、1cmになるのに15年以上もかかります。しかし1cmのがんが2cmになるのには2年もかかりません。※1cm以下のがんは診断が難しいですし、早期の乳がんは2cm以下をさしますので、乳がんを早期に発見するには、2年に1度は検診を受ける必要があることが分かります。

◎どんな人が乳がんにかかりやすいの？

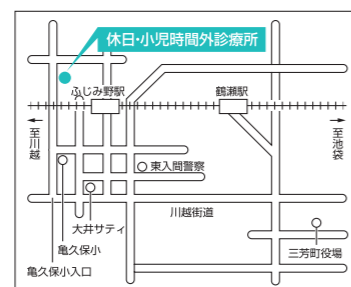
次の人は乳がんにかかりやすい傾向があるといわれています。

- ・ 年齢（40歳以上）
- ・ 高齢出産の人（出産をしていない人）
- ・ 初潮が早く、閉経が遅い人
- ・ 肥満の人（閉経後）
- ・ 血縁者に乳がんになった人がいる
- ・ 良性の乳腺疾患になったことがある
- ・ 乳がんになったことがある など

出典：がん検診手帳（厚生労働省）



〒258-0019
 富士見市鶴馬335-1-2
 休診時間 9時～16時



休診・小児時間外診療所のご案内
 ● 休日診療日 日曜、祝日
 および年末年始（12月31日～1月3日）
 ▼ 小児時間外診療日 月曜～土曜
 〓 富士見市鶴馬335-1-2
 ☎（258）95992
 ● 休日診療時間 9時～16時、20時～23時
 ▼ 小児時間外診療時間 20時～22時

<http://www.ne.jp/asahi/higashi-iruma/med/>