

## がん検診を受けましょう

平成29年度の市民健診が6月から始まります。  
市民健診では、がん検診を集団検診か個別検診のどちらか一方を選んで受診できます。

	集 団 検 診	個 別 検 診
がん検診項目と料金	①胃がん検診 1,500円 *バリウム検査のみ ②大腸がん検診 600円 ③肺がん検診 500円 ④乳がん検診 1,500円 ⑤子宮頸がん検診 1,500円	①胃がん検診 { バリウム検査 1,500円 } 内視鏡 2,500円 *バリウム検査か内視鏡を選んで受診 ②大腸がん検診 600円 ③乳がん検診 1,500円 ④子宮頸がん検診 1,500円
対 象 年 齢	①～③は40歳以上男女 ④40歳以上の女性（前年未受診者） ⑤20歳以上の女性（前年未受診者）	①バリウム検査は40歳以上男女 *内視鏡は50歳以上男女（前年内視鏡未受診者） ②③④は集団検診同様
備 考	*1カ所の会場で、全部の検診が受診できる *受診日等の変更可能	*受診日と病院を、都合の良い日程で受診できる *通年受診が可能

\*後期高齢者医療被保険者、生活保護世帯の方、市民税非課税世帯の方は検診料金が無料となります。  
がんは、日本人の2人に1人になるといわれる、とても身近な病気です。がん検診は、保険証の種別に関係なく対象年齢の全市民が受診できます。市では、国が死亡率の改善に科学的根拠があり有効とされる上記5つのがん検診を、推奨される方法で実施しています。がん検診は「健康な時」に受診することで早期発見につながります。仕事や家庭で多忙を極める働き盛りの方こそ、がん検診を受診しましょう。1日の検診で1年の安心を。がんから命を守るために行動するのは、あなた自身です。

### 受診方法

**集団検診**…市民健診申込書で健康推進課に受診申し込みをすると、市から健診のお知らせ用紙と受診票が届きます。お知らせ用紙と受診票（必要事項記入）等を持参し、指定された会場で受診します。

**個別検診**…健康推進課に受診申し込みをすると、子宮頸がん・乳がん検診は、ハガキの受診券、胃がん・大腸がん検診は封書の受診券が届きます。受診券が届いたら希望する医療機関に自分で受診予約をして、受診します。

\*がん検診受診に関する詳細は毎戸配布している「市民健診べんり帳」をご覧ください。

問…健康推進課 内線2363

## ノルディック・ウォーク参加者募集

両手に2本のポール（ストック）を持ち地面を突きながら歩くスポーツです。全身運動となり足・腰・膝などにかかる負担を軽減できるため、楽しく介護予防ができます。ぜひ取り組みましょう。

**対象**…65歳以上の市民または60～64歳で、基本チェックリストの結果、運動機能が低下している市民

**【しっかりコース】ノルディック・ウォークの経験がある方におすすめ**

**日程**…①6月5日(月) ②6月19日(月)

**時間**…14:00～15:30（事前の健康チェックがあるため集合時間は13:30）

**申込み**…初回参加の場合、開催日5日前までに電話または窓口にてお申し込みください。

**場所**…生き活きセンター多目的ホールおよび屋外

**講師**…全日本ノルディック・ウォーキング連盟公認指導員

**持ち物**…動きやすい服装、運動靴、水分補給のための飲み物、汗拭きタオル、ポール（希望者にはポール等を貸し出します）

**申込先**…地域包括支援センター TEL38-3939

## 歯周病検診を受けましょう

歯周病は、国民の8割がかかっており、40歳以上では歯を失う原因の第1位です。歯周病菌が歯ぐきの血管から入り込み、全身に様々な影響を及ぼす、恐ろしい病気です。対象の方は、この機会を逃さずに歯周病検診を受けましょう。6月4日～10日は歯と口の健康週間です。

**内容**…問診、歯科検診 **料金**…無料

**対象者**…平成30年3月31日時点で下記の年齢の市民  
・40歳（昭和52年4月1日～昭和53年3月31日生まれ）  
・50歳（昭和42年4月1日～昭和43年3月31日生まれ）  
・60歳（昭和32年4月1日～昭和33年3月31日生まれ）  
・70歳（昭和22年4月1日～昭和23年3月31日生まれ）

**期間**…平成30年3月31日(土)まで

**受診方法**…市民健診申込書または電話で申し込みをし、後日ご自宅に届く歯周病検診受診券を持参し、直接歯科医療機関へ受診してください。

\*実施歯科医療機関等詳細については申し込みの際にお問い合わせください。

問…健康推進課 内線2362