

年に一度は健康チェック！

健診を受けましょう



健診は、生活習慣病の予防や早期発見のために欠かせません。健康づくりの第一歩は、まず健診を受けて自分の健康状態を知ることです。毎年、一度は健診を受けましょう。

国保特定健診

要予約

国民健康保険が実施する健診で、40歳から74歳までの国保加入者が対象です。事前に送付しています受診券をお持ちください。

後期高齢者健診

後期高齢者医療制度加入者が対象です。事前に送付しています受診券をお持ちください（入院中の方などは、受診券を送付していませんので、健診を希望される場合は保健センターまでご連絡ください）

19～39歳住民基本健診

19歳から39歳までで、他で健診を受ける機会のない方が対象です。直接、集団健診会場へお越しください。

胃がん・大腸がん・肺がん検診

要予約

40歳以上（平成25年3月31日時点）の方が対象です。

乳がん検診

要予約

40歳以上の女性の方で、2年に1度の受診です（平成23年4月から平成24年3月までに受診された方は対象外です）

子宮頸がん検診

要予約

20歳以上の女性の方で、2年に1度の受診です（平成23年4月から平成24年3月までに受診された方は対象外です）

◆問い合わせ先 ☎ ⑤2 6574
保健センター 有線 ⑤ 7777

集団総合健診の日程

実施日	受付時間	受診会場	国保 特定健診	後期 高齢者 健診	19～39歳 住民 基本健診	胃がん 検診	大腸 がん 検診	子宮頸 がん 検診	乳 がん 検診	肺 がん 検診	託児
			1,000円	無料	1,000円	1,000円	600円	700円	1,500円	500円	
			70歳以上は無料								
7月18日(水)	9:00～ 9:45	林業センター	●	●	●	●	●	●	●		
	10:15～ 11:00		●	●	●	●	●	●	●		
7月27日(金)	9:00～ 9:45	林業センター	●	●	●	●	●	●	●		◎
	10:15～ 11:00		●	●	●	●	●	●	●		
7月28日(土)	9:00～ 9:45	林業センター	●	●	●	●	●	●	●		
	10:15～ 11:00		●	●	●	●	●	●	●		
8月 1日(水)	8:30～ 9:30	南比都佐公民館	●	●	●	●	●				
	11:00～ 12:00	必佐公民館	●	●	●	●	●				
8月10日(金)	8:30～ 9:30	西桜谷公民館	●	●	●	●	●				
	11:00～ 12:00	東桜谷公民館	●	●	●	●	●				
8月20日(月)	9:00～ 9:45	林業センター	●	●	●	●	●	●	●		◎
	10:15～ 11:00		●	●	●	●	●	●	●		
8月29日(水)	8:30～ 9:30	鎌掛公民館	●	●	●	●	●				
	11:00～ 12:00	西大路公民館	●	●	●	●	●				
9月 9日(日)	9:00～ 9:45	林業センター	●	●	●	●	●	●	●		
	10:15～ 11:00		●	●	●	●	●	●	●		
9月10日(月)	9:00～ 9:45	林業センター	●	●	●	●	●	●	●		
	10:15～ 11:00		●	●	●	●	●	●	●		
9月18日(火)	9:00～ 9:45	林業センター	●	●	●	●	●	●	●		◎
	10:15～ 11:00		●	●	●	●	●	●	●		
9月19日(水)	9:00～ 9:45	林業センター	●	●	●	●	●	●	●		
	10:15～ 11:00		●	●	●	●	●	●	●		
10月 3日(水)	9:00～ 9:45	林業センター	●	●	●	●	●	●	●		◎
	10:15～ 11:00		●	●	●	●	●	●	●		
10月 4日(木)	9:00～ 9:45	林業センター	●	●	●	●	●	●	●		
	10:15～ 11:00		●	●	●	●	●	●	●		
10月 9日(火)	9:00～ 9:45	林業センター	●	●	●	●	●	●	●		
	10:15～ 11:00		●	●	●	●	●	●	●		
10月10日(水)	9:00～ 9:45	林業センター	●	●	●	●	●	●	●		
	10:15～ 11:00		●	●	●	●	●	●	●		
11月 7日(水)	9:00～ 9:45	林業センター								●	
	10:15～ 11:00									●	

- 「国保特定健診」と「がん検診」は予約が必要ですので、3週間前までに保健センターへお申し込みください。
- 就学前のお子さん連れでも受診しやすいように託児の日を設けています。託児を希望される方は3週間前までに保健センターへお申し込みください。
- 国保特定健診・後期高齢者健診・乳がん検診・子宮頸がん検診は医療機関でも受診できます。受診できる医療機関や受診方法などは6月に各戸配布の「健康づくりカレンダー」でご確認いただくか保健センターまでお問い合わせください。

訂正とお詫び

各戸配布の「健康づくりカレンダー」4ページの「医療機関個別健診」の「しもいけメディカルクリニック」の受付時間に誤りがありました。訂正し、お詫び申し上げます。

「受付時間」

	(誤)	(正)
月・火・金	9:00～ 12:00	9:00～ 17:00
木	16:30～ 18:30	9:00～ 18:00
土	15:00～ 16:30	9:00～ 15:00

ひろげよう、 がん検診の輪

体験談 町民さんからのメッセージ

Qがん検診を受けるようになったきっかけは？

A平成 11 年に離職後、毎年受診していました。平成 18 年の検査で「ポリープと慢性胃炎」が判り、それ以来毎年検診を受ける必要を感じました。

Q精密検査の連絡がきたときの気持ちは？

また、結果を聞いてどう感じましたか？

A「がんの発症」を一番懸念していました。特別な自覚症状もなく、前回同様の「ポリープと慢性胃炎」であればと思っていましたが、数回の検査通院の結果「がんの発症」の告知を受けました。検査状況が

今や「がん＝死」でなく、早期発見・早期治療で、治る病気となりつつあります。日野町の死亡原因の第 1 位を占めるがんの対策を、町では重点課題としています。

1 日常の取り組み

日ごろから運動や食事、タバコ、アルコールなどの取り方を注意し、適切な体重維持などにこころがけましょう。

2 がん検診の受診

がん検診を定期的に受診することや肝炎ウイルス検査を受けましょう。早期のがんは自覚症状がなく、相当進行した段階で症状が出る場合が多いのです。定期的に検診を受けることが大切です。

町のがん検診で胃がんが見つかった T さんの体験談で、早期発見の大切さが良くわかります。

ら不安な予感を持っていましたが、やはり強い衝撃を受けました。医師と相談し、入院し切除手術を受け治療に専念することを決めました。

Q町民の皆さんへメッセージをお願いします。

Aがん治療には、早期発見が第一であることを身をもって痛感しました。進行してしまうと、身体への負担や生存率の低下、医療費などの経済的負担の増加、家族や社会生活への影響が避けられません。ぜひ「町のがん検診」を受けられることをお勧めします。もし発症された場合には、早期治療につながり早い回復になると思います。

親子でいい歯コンクール

6 月 6 日（水）、保健センターで「第 61 回親子でいい歯コンクール」第 1 次審査を行いました。

このコンクールは、親子で歯の大切さを知ってもらおうと毎年行っているものです。この日は、平成 23 年度中に 3 歳 6 か月児健康診査を受けた 131 名の幼児の中から、むし歯のないきれいな歯をもつ 12 名の子どもとその親が参加されました。



▲参加された皆さん。皆さんいい歯だったので審査が難しかったそうです



最優秀賞

すがわら
菅原 まほ ちゃん
あかね さん

歯みがきの仕上げ磨きを心がけています。甘いおやつのお茶を飲むなど甘いもののとり方も工夫しています

歯科医師による審査の結果、最優秀賞に、菅原まほちゃんあかねさん親子（大窪 2 区）が選ばれました。

受賞おめでとうございます。これからもずっといい歯でいてくださいね。

菅原さん親子は、日野町代表として、7 月 22 日（日）に行われる県のコンクールに出場されます。