

【がん検診】医療機関検診のお知らせ

令和2年度の医療機関受診券を使って、**大腸がん検診**、**肝炎ウイルス検診**、**子宮がん検診**、**乳がん検診**を受診することができます。

受診方法

- step1** 次の①または②の方法で医療機関受診券を申請する
①電話（☎ 0297 - 25 - 2100）
②健康増進課窓口
※受診券申請期限：令和3年3月12日(金)
(受診券有効期限：令和3年3月31日(水))
- step2** 受診する医療機関を決める
登録医療機関については、ホームページまたは「健康管理予定表」をご確認ください。
- step3** step2で決めた医療機関に予約を入れる
- step4** 受診する
検診当日、「医療機関受診券」、「保険証」、「自己負担額」をご持参ください。
- step5** 検診の結果が市または医療機関から通知されます

検診名	対象者	自己負担額
大腸がん検診	40歳以上	600円
肝炎ウイルス検診	40歳以上74歳以下 ※今までに市の肝炎ウイルス検診を受けたことがない方	1,200円 ※今年度41・46・51・56・61・66・71歳の方は無料
子宮がん検診(女性)	20歳以上	2,000円
乳がん検診(女性)	○20～39歳：超音波検査 ○40～49歳：超音波検査＋マンモグラフィ(2方向) ○50～56歳：超音波検査＋マンモグラフィ(1方向) ○57歳以上：マンモグラフィ(1方向) ※マンモグラフィは2年に1回の検診となります	超音波検査 1,500円 マンモグラフィ 1,500円

※妊娠中の方は受診できません。

※すべて検診日当日、市に住民登録がある方が対象です。

■自己負担額の減免制度があります

生活保護受給者・住民税非課税世帯の方は、負担額が免除になります。

○生活保護受給者の方：受診券申請の際、お申し出ください。

○住民税非課税世帯の方：事前に**住民税非課税世帯証明書（つくばみらい市健康診査用）**を取得し、検診当日にご提示ください。4月から6月の検診については令和元年度住民税非課税世帯証明書（つくばみらい市健康診査用）を、7月以降の検診については、**令和2年度住民税非課税世帯証明書（つくばみらい市健康診査用）**を取得してください。

※当日、提示できない場合は減免制度対象外となります。

[住民税非課税世帯証明書取扱窓口]

伊奈庁舎税務課／谷和原庁舎市民窓口課（手数料200円）

印鑑をご持参の上、検診で使用する旨を取扱窓口でお申し出ください。

個人の住民税非課税証明書は無効です。

子育て支援室だより

3月、4月と子どもへの伝え方についてお話してきました。今月は、先月のCCQ（気持ちを穏やかにして、子どもに近づいて、声のトーンを抑えて伝える）を使って、さらに子どもにわかりやすく効果的に伝えるコツをお話していきます。

子どもが遊んでいる時に「もう帰るよ」や「買い物に行くよ。ほら早く！」などと遊びを遮断したことで、子どもがぐずってしまった経験はありませんか？

子どもが今夢中になっている行動から次の行動に移ってほしいときには、ぜひ「予告」というコツをご活用ください。

次の行動を起こしたい15分前、10分前、5分前に予告をしてみましょう。時には「あと3回滑り台を滑ったらね」や「この番組が終わったらね」など

効果的な伝え方のコツ



と話してもいいかもしれません。子どもが次の行動に移ることができたら、できて当たり前と思わず、ほめてあげましょう。この小さなほめ言葉の積み重ねがとても重要です。

切り替えの難しい子どもにとっても、先の見通しを立て、行動の切り替えをスムーズに促すことができるので効果的です。ぜひ、普段の育児にも取り入れてみてください。

※子育て支援室が休室中のため、5月の子育て支援室イベントカレンダーはお休みします。

伊奈庁舎子ども課子ども家庭支援室
☎58 - 2111（内線4206）