

《子宮がん検診》

対象者	検診項目	負担額（集団検診）
20歳以上の方	子宮頸部細胞診	1,000円

《乳がん検診》

対象者	検診項目	負担額（集団検診）
20歳～39歳の女性	超音波	600円
40歳～49歳の女性	超音波 + マンモグラフィ（2方向）	1,200円（超音波のみは600円）
50歳～56歳の女性	超音波 + マンモグラフィ（1方向）	1,200円（超音波のみは600円）
57歳以上の女性	マンモグラフィ	600円

■ 集団検診の日程（10月に実施する婦人科検診） \*要予約

実施日	会場	申込期間	申し込み方法
10月1日(日)	保健福祉センター	9月11日(月)～14日(木) 午前9時～午後5時 ※定員になり次第締め切り	①受付専用電話 ☎ <sup>につこり つくぼみらい</sup> 0297-25-2983 ②健康増進課窓口（保健福祉センター） ※本人または同一世帯員のみ受け付け可
10月3日(火)			

**【注意事項】**  
 ★妊娠中の方は、市が実施する検診の対象になりません。  
 ★検診は、異常の有無を見つけることが目的です。乳房のしこりや不正出血などの自覚症状のある方、検診部位の病気で治療中・経過観察中の方は医療機関への受診をお勧めします。  
 ★子宮がん検診  
 性交経験のない方、初めて受診する方は、医療機関検診をご利用ください。  
 ★乳がん検診  
 ・マンモグラフィは2年に1回の検診です。そのため、40歳～56歳の方で、平成28年度にマンモグラフィを受診した方は、平成29年度は超音波検査のみとなります（乳がん検診無料クーポン券対象者は除く）。  
 ・豊胸手術をした方、ペースメーカーやカテーテルが入っている方は、集団検診でのマンモグラフィは受診できません。  
 ・授乳中の方は、正確な検診結果が得られない場合があります。

子宮頸がんや、乳がんは、仕事や子育てなど、女性として一番忙しい時期にかりやすい病

自分の健康をチェックする日として年1回（マンモグラフィは2年に1回）、婦人科検診を受診しましょう。がん検診はご加入の健康保険に関係なく受診できます。

市では、集団検診のほかに医療機関検診も実施しています。「受診券」の申請が必要です。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。

▼受診方法▶健康増進課窓口または電話で「受診券」発行の申請をしてください。  
 ▼申請期限▶平成30年3月15日(木)  
 ▼受診券有効期限▶発行日～平成30年3月31日(土)

婦人科検診を受けましょう

婦人科医療機関検診

介護予防カレンダー（9月）

○地域体操クラブ

シルバーリハビリ体操指導士によるいきいきヘルス体操  
 【実施時間：午前10時～11時30分】

会場	実施日
板橋コミュニティセンター	7日(木) 14日(木) 21日(木) 28日(木)
谷井田コミュニティセンター	7日(木) 14日(木) 21日(木) 28日(木)
みらい平コミュニティセンター	5日(火) 12日(火) 26日(火)
きらくやますこやか福祉館	1日(金) 8日(金) 15日(金) 22日(金)
青木自治会館	4日(月) 11日(月) 25日(月)
谷和原公民館 谷原分館	5日(火) 12日(火) 19日(火) 26日(火)
谷和原公民館 福岡分館	7日(木) 14日(木) 21日(木) 28日(木)
内宿公民館（筒戸）	11日(月) 25日(月)
西ノ台倶楽部	6日(水) 13日(水) 20日(水) 27日(水)

○すこやか貯筋教室

65歳～70歳前半の方を対象とした、筋力アップのためのややきつめの運動  
 ※ヨガマットなどの敷物を持参してください。  
 ※ひとり1会場の参加とします。

会場	実施日
伊奈公民館 午前10時～11時30分	21日(木) 28日(木)
谷和原公民館 午後1時30分～3時	

■参加費…無料  
 ■持ち物…タオル、飲み物  
 ※事前申し込みは不要です。  
 ※悪天候時や災害時などは休講になる場合があります。参加者への個別連絡は原則行いません。  
 ※開催の可否は介護福祉課へお問い合わせください。

問 伊奈庁舎介護福祉課 ☎ 58 - 2111（内線 4306）