

# 保健だより

種類	検診方法	対象者	検診内容
胃がん検診	集団検診 (みらい健診①)	18歳以上の方	バリウムによる胃部X線検査
大腸がん検診	集団検診 (みらい健診①②)	18歳以上の方	便潜血検査
	医療機関検診 (協力医療機関)	40歳以上の方	
前立腺がん検診	集団検診 (みらい健診①②)	50歳以上の男性	血液 (PSA検査)
肺がん検診	集団検診 (みらい健診①②)	40歳以上の方	・胸部間接X線撮影 ・喀痰細胞検診 (問診で必要と認められた場合)
肝炎ウイルス検診	集団検診 (みらい健診①②)	40歳～74歳以下 で、市の検診で肝炎 ウイルス検診を受 けたことがない方	血液検査 (B型・C型肝炎ウイルス検査)
	医療機関検診 (協力医療機関)		
子宮がん検診	集団検診 (婦人科検診)	20歳以上の女性	子宮頸部細胞診
	医療機関検診 (登録医療機関)		
乳がん検診	集団検診 (婦人科検診)	20歳以上の女性	<ul style="list-style-type: none"> <li>超音波…20～39歳</li> <li>超音波+マンモグラフィ (2方向) …40～49歳</li> <li>超音波+マンモグラフィ (1方向) …50～56歳</li> <li>マンモグラフィ (1方向) …57歳以上</li> </ul> ※マンモグラフィは2年に1回
	医療機関検診 (登録医療機関)		

平成28年度のがん検診・肝炎ウイルス検診を以下のとおり実施します。ご自身と大切な家族のために、ぜひ、検診を受診してください。

## 平成28年度がん検診・肝炎ウイルス検診のご案内

問 健康増進課がん対策室 (保健福祉センター内) ☎25・2100

ましよう。市が行うがん検診・肝炎ウイルス検診は、加入している健康保険に関係なく受けることができます。実施時期・申請方法・負担額・注意事項などは「平成28年度つくばみらい市健康管理予定表」またはホームページでご確認ください。

◎集団検診：みらい健診①と婦人科検診は予約制です。

◎医療機関検診：登録(協力)医療機関で受診できます。受診する際は「受診券」が必要です。受診の前発行の申請を行ってください。受診券の有効期限は平成29年2月28日(火)です。例年、12～2月の検診は混み合いますので、計画的に受診しましょう。

◎婦人科検診大腸がん検診を平成27年度に医療機関で受診した方(検診結果が要精密検査だった方は除く)には、平成28年度に使用可能な受診券を郵送しました。

ただし、57歳以上の方の乳がん検診につきましては、平成26年度に医療機関において乳がん検診を受診された方に郵送しました。

◎集団検診：みらい健診①と婦人科検診は予約制です。

◎医療機関検診：登録(協力)医療機関で受診できます。受診する際は「受診券」が必要です。受診の前発行の申請を行ってください。受診券の有効期限は平成29年2月28日(火)です。例年、12～2月の検診は混み合いますので、計画的に受診しましょう。

◎婦人科検診大腸がん検診を平成27年度に医療機関で受診した方(検診結果が要精密検査だった方は除く)には、平成28年度に使用可能な受診券を郵送しました。

◎集団検診：みらい健診①と婦人科検診は予約制です。

◎医療機関検診：登録(協力)医療機関で受診できます。受診する際は「受診券」が必要です。受診の前発行の申請を行ってください。受診券の有効期限は平成29年2月28日(火)です。例年、12～2月の検診は混み合いますので、計画的に受診しましょう。

## 介護予防カレンダー (5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	12日(木) 19日(木) 26日(木)
谷井田コミュニティセンター	12日(木) 19日(木) 26日(木)
みらい平コミュニティセンター	10日(火) 17日(火) 24日(火)
きらくやますこやか福祉館	13日(金) 20日(金) 27日(金)
青木自治会館	9日(月) 16日(月) 23日(月)
谷和原公民館 谷原分館	10日(火) 17日(火) 24日(火)
谷和原公民館 福岡分館	12日(木) 19日(木) 26日(木)
内宿公民館 (筒戸)	9日(月) 23日(月)
西ノ台倶楽部	11日(水) 18日(水) 25日(水)

### ○すこやか貯筋教室

65歳～70歳前半の方を対象とした、健康運動指導士による運動

実施時間：午後1時30分～3時

会場	実施日
伊奈公民館	12日(木) 19日(木) 26日(木)

■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。直接会場へお越しください。

※悪天候時や積雪、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1172※)

※5月2日(月)以降…内線4301～4304