

～婦人科検診を受けましょう～

子宮がん・乳がん

■子宮がん

子宮がんは、子宮頸がんと子宮体がんに分けられます。子宮頸がんは、子宮頸部（膣に近い部分）にできるがんです。子宮頸がんの罹患率は、50歳以上では減少傾向にありますが、20～24歳では約2倍、25～29歳では3～4倍に増加しています。

■乳がん

食生活が脂肪分の多い欧米的なものに変わっ

てきたことに伴い、最近では日本人女性の間でも急増しています。乳がんが多く見られるのは、40歳代から50歳代にかけてですが、30歳を過ぎたころから急増するので、30歳以上の人は特に注意が必要です。

どちらのがんも早期に発見することで治癒する確率が高くなる病気ですので、定期的に検診を受け、健康管理に心がけましょう。

《集団検診》（平成24年2月に実施する婦人科検診） *要予約

健診日	会場	申込期間・時間	申し込み方法
平成24年 2月14日(火)	伊奈保健センター	平成24年 1月18日(水)～24日(火) 午前9時～午後5時 (土・日を除く)	次のいずれかの方法でお申し込みください。 ①申込受付専用電話 ☎25-2983 ②健康増進課（谷和原保健福祉センター）窓口 ※本人または同一世帯のみ受け付け可能 ※定員になり次第締め切り
2月18日(土)	谷和原保健福祉センター		

【注意事項】

★マンモグラフィは被爆量を考慮し、2年に1回の受診となります。そのため、40～56歳の方で、前年度にマンモグラフィを受診された方は、今年度は、超音波のみとなります。

★乳房のしこり、不正出血などの自覚症状のある方や妊娠中の方は、検診の対象になりません。

★授乳中の方は、乳がん検診において、正確な検診結果が得られない場合があります。

問 健康増進課 ☎25-2100

【1月スケジュール】

講習・教室	期日	開始時間	使用料	
健康増進室 利用講習会 ※1 (1時間30分程度)	11日(水)	午後1時	無料	
	13日(金)	午後6時30分		
	15日(日)	午後1時		
	21日(土)	午後1時		
肩こり・ 腰痛体操 (40分程度)	10日(火)	午前11時	100円	
	17日(火)			
	24日(火)			
	31日(火)			
ミニ 教室 ※2	バランスボール・ リフレッシュ (1時間程度)	4日(水)	午前11時	100円
		11日(水)		
		18日(水)		
		25日(水)		
チューブ運動 (1時間程度)	5日(木)	午前11時	100円	
	12日(木)			
	19日(木)			
バランスボール・ シェイプアップ (1時間程度)	6日(金)	午前11時	100円	
	13日(金)			
	20日(金)			
	27日(金)			

※初めて健康増進室を利用する場合は、事前に「健康増進室利用講習会※1」を受けてください。

健康増進室のご利用案内

ご利用ください！健康増進室

- 火～土：午前9時～午後8時30分
- 日曜日：午前9時30分～午後7時30分（月曜日休室）
- 料 金：1回あたり100円（免除制度あり）

- ※1 健康増進室利用講習会
 - 対象者：市内在住・在勤・在学者で16歳以上の方
 - 定員：各日8人（予約制）
 - 申し込み方法：電話または窓口で直接お申し込みください。申し込みは本人、家族のみです。
- ※2 ミニ教室
 - 対象者：健康増進室利用講習会を受けたことのある方
 - 定員：各日20人（予約制・定員になり次第締め切り）
 - 申し込み方法：電話でお申し込みください。申し込みは、本人、家族のみです。（都合により、休講または変更する場合があります）※バランスボールはどちらか一方。

●申込期間 12月21日(水)から受け付けます。

月～金曜日（土、日、祝日を除く）午前8時30分～午後5時15分

①問 健康増進課 ☎25-2100

◎※2 ミニ教室の使用料には、健康増進室使用料を含みます。