

## ■子宮がん・乳がん検診のお知らせ

### ●集団検診（平成20年1月・2月実施）

検診日	会場	申込期間	検診内容
1月26日(土)	伊奈保健センター	1月7日(月)～1月11日(金)	子宮がん検診：頸部細胞診 <sup>けい</sup> 乳がん検診：超音波・マンモグラフィ
2月16日(土)	谷和原保健福祉センター	1月28日(月)～2月1日(金)	※年齢によって検診内容が変わります。

※健診内容・負担額については、つくばみらい市健康管理予定表をご覧ください。

※乳房の痛み・しこりなどの自覚症状のある方は、直接医療機関で受診してください。

### ◆子宮がん・乳がん検診（集団検診）申込方法◆

申込方法：①申込受付専用電話 ☎ <sup>にっこり</sup> <sup>つくばみらい</sup> 25-2983

②谷和原保健福祉センター・伊奈保健センター窓口

申込受付時間：午前9時～午後5時

※上記以外の方法による受け付けは一切行いません。また、同一世帯のご家族以外の申し込み受け付けはできません。

※受付開始30分は、電話が集中し、大変かかりにくくなっています。ご了承ください。

※申し込み受け付けの際、「検診項目」「氏名」「住所」「生年月日」「電話番号」をお聞きます。

※申込期間中であっても、定員になり次第締め切らせていただきます。

### ●医療機関検診

登録医療機関で子宮がん・乳がん検診を受けられる受診券を発行します。

※平成19年度から、筑波学園病院での子宮がん医療機関検診は、病院側の都合により実施できなくなりました。

★発行期間 平成20年2月29日(金)まで（土・日・祝日を除く） 午前8時30分～午後5時15分

★有効期間 発行日から平成20年2月29日(金)まで

★申込方法 登録医療機関に予約後、谷和原保健福祉センター・伊奈保健センター窓口へお越しください。

※検診内容・登録医療機関・負担金については、健康増進課へお問い合わせください。

## ■ご存じですか？健康増進室

谷和原保健福祉センターには、『健康増進室』があります。

『健康増進室』には、持久力トレーニング・筋力トレーニングのための運動機器が8種類あり、利用講習会を受けた後なら、1回の利用につき100円で、自由に利用ができます。また、65歳以上の方、生活保護法による保護者、障害者の方は無料です。

皆さん、健康のために運動をしてみませんか。

また、毎月ミニ教室（肩こり・腰痛体操、チューブ運動、バランスボール）を開催しています。こちらのご参加もお待ちしております。

※利用講習会、ミニ教室の申し込みは24ページをご参照ください。



日々、たくさんの利用者でにぎわっています



人気の肩こり・腰痛体操

### ◆問い合わせ先

健康増進課

（谷和原保健福祉センター内）

☎ 25-2100

（婦人科検診の申し込みを除く）