

保健だより

◆問い合わせ先
市健康増進課
(谷和原保健福祉センター内)
☎ 25-2100

医療機関検診（子宮がん・乳がん検診）のご案内

子宮頸がんは、検診の普及により全体での死亡率は減少しましたが、20歳代の若い年齢層の死亡率は増加しています。子宮がんは、早期発見・早期治療で治せる病気です。自分のライフスタイルに合わせて検診を受け、安心した生活を送りましょう。

乳がんは、近年日本人女性の間で急増しており、女性の死亡率の第1位となっています。40歳代～50歳代が好発年齢ですが、30歳を過ぎたところから急増するため、30歳以上の方は年に1回は検診を受けましょう。また、月に1回は自己検診で早期発見に努めましょう。

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いたします。

- 発行期間 平成19年2月末日まで（土・日・祝日を除く） 午前8時30分～午後5時15分
- 有効期間 発行日より平成19年2月末日まで
- 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。
※登録医療機関については、健康増進課へお問い合わせください。

＜検診内容＞

子宮がん検診年齢区分 ※1	検診項目	負担額	
		集団検診	医療機関検診
20歳以上	頸部細胞診	600円	1,200円
乳がん検診年齢区分 ※1	検診項目	負担額	
		集団検診	医療機関検診
20歳～39歳の方	超音波	600円	1,200円
40歳～49歳の方	超音波+マンモグラフィ（2方向） ※2	1,200円	2,400円
50歳～56歳の方	超音波+マンモグラフィ（1方向） ※2	（超音波のみは600円）	（超音波のみは1,200円）
57歳以上の方	マンモグラフィ（1方向） ※2	600円	1,200円

※1 年齢は、平成19年3月31日時点での年齢となります。

※2 マンモグラフィ（乳房エックス線検査）は、被ばく量を考慮し2年に1回の検診となります。

健康増進課からの その他のお知らせ

健康なからだは、

食事から

●ヘルシークッキング教室

市食生活改善推進員による「第4回ヘルシークッキング教室」を開催します。今回のテーマは、「乳製品を使った献立」です。

毎日の献立に乳製品を取り入れるアイデアメニューをご紹介します。

▼日時 11月29日(水) 午前10時～午後1時

▼会場 谷和原保健福祉センター

▼メニュー

- ・ナスのチーズ丼
- ・ブロッコリーとチーズのナッツサラダ
- ・スキムミルク入りマグロのつみれ汁

▼費用 1人200円

▼定員 20人（申し込み多数の場合は、抽選）

▼申込期限 11月15日(水)

◆申し込み・問い合わせ先
市健康増進課（谷和原保健福祉センター内）

☎ 25-2100