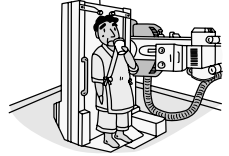


※天候等の状況により、検診・教室等の日程を変更することがありますので問い合わせてください。

がん検診予定表

(事前申込要：
電話申込可)



事業名	月日	受付時間	対象者	注意事項	場所
大腸がん検診 (容器提出日)	5月27日(金)	9:00~11:00	35歳以上	○容器は事前に保健センターで 購入してください。(容器代 300円)	保健センター
子宮がん検診	5月11日(水) 6月7日(火)	12:45~13:30 申込先着30人	20歳以上の女性 [平成22年度に町の検診 を受診されていない人]	○検査当日に生理中の人は受診 できません。	
乳がん検診 [マンモグラフィ・ 視触診併用]		12:45~13:30 申込先着40人	40歳以上の女性 [平成22年度に町のマ ンモグラフィ検診を 受診されていない人]	○検診を受けられない人 ・ペースメーカーを入れている人 ・乳房形成術を受けた人 ・授乳中の人	
子宮がん・乳がん [マンモグラフィ・ 視触診併用 セット検診]		14:00~14:45 申込先着60人	40歳以上の女性 [平成22年度に町の子宮 がん・乳がん検診を 受診されていない人]	○検診を受けられない人 ・ペースメーカーを入れている人 ・乳房形成術を受けた人 ・授乳中の人 ・生理中の人	
胃がん検診		8:30~10:30 申込先着各20人	35歳以上	○検査前日の夕食は、午後9時 までにすませてください。 ○検査当日の朝は、絶飲食です。 (水・煙草・薬も飲まないで ください)	
胃がん・肺がん セット検診	5月17日(火) 5月18日(水) 6月17日(金) 6月18日(土)	8:30~10:30 申込先着各70人	40歳以上	○喀たん容器は保健センターで 当日購入してください。(容 器代270円)	
肺がん検診	10:30~11:00 申込先着各20人				

受付30分前の番号札はなくなくなり、時間予約制となりました。

- ☆申し込み時に、必ず前回受診日をお知らせください。【子宮がん・乳がん検診は2年に1回です。】
- ☆検診時は、必ず健康手帳を持参してください。
- ☆4週間前後で結果がわかります。異常の有無にかかわらず、検診結果を通知します。
- ☆胃がん・肺がん検診当日は、ボタン・金具などのない無地のTシャツなどで、体をしめつけない服装でお越しください。
- ☆肺がん検診車(レントゲン検診車)の町内巡回は廃止となりました。
※検診で手話通訳が必要な人はfaxで申し込んでください。(fax0745-74-0903)
※子宮がん・乳がんセット検診には託児があります。希望の人は事前に申し込んでください。
- ☆6月7日(火)の乳がん検診時には、食生活改善推進員による減塩みそ汁の試食があります。

精神保健福祉士による「こころの健康相談」を始めます。(月1回で予約制)

相談日時 5月17日(火) 午後1時~3時 定員 2人

栄養ミニ講座
内容 高コレステロール予防について
日時 5月16日(月) 午前10時~11時30分
対象 町在住の20歳以上の人
申込 前日まで
※午後1時30分~3時30分は個別相談もおこないます。(要予約)

日時・場所	内容
5月30日(月) 9:30~11:00 (保健センター)	保健センターに集まり、自分がチャレンジする健康目標を決めます!
6月1日(水) 8月31日(水)	チャレンジスタート! 毎日自宅でチャレンジ目標を 実践し、何日間達成できたかを記録します。
9月8日(木) 9:30~13:30 (保健センター)	3か月間のチャレンジ達成! 保健センターでチャレンジ報告会をおこないます。 ・ヘルシーメニュー調理実習 に参加(実習代500円)

健康チャレンジ
3か月間、自分の健康目標に取り組み、楽しみながら健康づくりにチャレンジしましょう。
対象 町在住の20歳以上の人
申込 5月25日(水)まで

健康教室のお知らせ



斑鳩町は妊産婦にやさしい環境づくりを推進しています

母子ほけん事業予定表



事業名	実施日	受付時間	対象者	内容等
パパママスクールサロン	5月19日(木)	10:00~11:30	妊娠中の人	○助産師の「産後に役立つおっぱいの話」 申込:前日まで
双子クラブ	5月23日(月)	10:00~11:30	多生児を育てている人・妊娠している人	○交流会 申込:前日まで
乳幼児相談(個別)	5月24日(火)	13:30~15:00	就学までの児	○育児や食事のことなどについての相談 申込:前日まで
3歳6か月児健診(内科・歯科)	5月26日(木)	13:00~13:30	H19年8・9月生	○内科・歯科診察、身体計測等 持物:母子健康手帳、問診票、朝一番の尿 対象者には個人通知します。
子育て教室	5月31日(火)	9:45~10:00	就園までの児とその保護者	○テーマ:楽しくからだを動かそう! 内容:手遊び、親子体操など ※先着30組 申込:5/6(金)~
乳幼児相談(身体計測)	6月9日(木)	9:30~11:00	就学までの児	○身長・体重・頭囲・胸囲測定 持物:母子健康手帳 申込:前日まで

健診の受付簿は受付開始時間の30分前に出します。

☆詳しくは保健センターまで問い合わせてください。

こどもの健康づくり講演会

内容

講演 「知っておきたいこころの健康「うつ病」と「落ち込み」は どう違うのか」

講師 ハートランドしぎさん

医師 徳山明広

～メタボリックシンドローム予防教室～

日程	テーマ	講師
①5月24日(火)	メタボリックシンドロームってなに?	保健師
②6月10日(金)	私って食べ過ぎ?	栄養士
③6月27日(月)	運動で脂肪燃焼!	健康運動指導士
④7月13日(水)	これから私は… ～今後の目標をたてましょう～	保健師

申込 5月20日(金)まで

知表

持物 筆記用具、特定健診の結果通知表

時間 午前9時30分～11時30分

対象 町在住の40～74歳の人

普段の生活を見直してみませんか?

生活習慣病は毎日の積み重ねによって起きます。食事や運動など

メタボリックシンドローム

予防教室(春コース)

日時 6月4日(土) 午後2時～3時30分 (受付は午後1時30分)

対象 町在住の20歳以上の人

申込 前日まで

定員 先着80人

はつらつ歩ムツ会

日時 6月14日(火) 午前9時30分～11時30分

対象 町在住の20歳以上の人

集合場所 機能回復訓練コーナー

コース 上宮遺跡方面

持物 飲み物・タオル等

申込 前日まで

※雨天中止

歯の健康セミナー

内容 講演「歯周病と生活習慣病の関係について」

講師 田村歯科クリニック 田村佳則

・歯科衛生士による相談コーナー等

日時 6月16日(木) 午前10時～正午

(受付は9時30分)

対象 町在住の20歳以上の人

申込 前日まで

定員 先着50人

※託児を希望する人は事前に申し込んでください