



結核・肺がん検診（個別）

■市保健センター ☎ 64-7713
 ■有明保健センター ☎ 68-5335

結核および肺がんの早期発見、早期治療のため、年に一度、「結核・肺がん検診」を受けましょう。
 受診時は、マスクの着用や手指消毒などの感染症予防対策に協力してください。

▶対象者 40歳以上の市民（令和4年4月1日時点）

※市が実施する集団検診会場で受診する人を除く

※職場などで検診のある人を除く

※妊娠または妊娠している可能性のある人を除く

▶実施期間 8月2日（月）～11月30日（火）

▶検査内容 問診、胸部レントゲン撮影、^{かくたん}喀痰検査
 （該当者のみ）

▶受診方法 右記の実施医療機関へ予約後、受診してください

▶持参品 健康保険証、健康手帳（持っている人）

▶自己負担金 胸部レントゲン撮影 600円
 喀痰検査 500円

※次の人は、自己負担金が免除になります

- ①受診日に70歳以上…保険証などを提示
- ②市民税非課税世帯…今年度の非課税証明書を提出
- ③70歳未満の後期高齢者医療被保険者…保険証の写しを提出
- ④生活保護世帯…受給証明書（写し可）を提出

▶結果 約2カ月後に受診医療機関から説明もしくは通知があります

【実施医療機関一覧表】

医療機関名	町名	電話番号
池田病院	湖南町	62-5161
稲田整形外科医院	片町	62-6355
かわはら内科・胃腸科医院	坂上町	62-5413
喜多内科医院	弁天町二丁目	62-5101
貴田神経内科・呼吸器科・内科病院	大三東戊（大原）	68-0040
木下内科医院	中野町	64-5851
くすのきクリニック	大三東戊（菅）	68-5500
酒井外科胃腸科医院	宮の町	62-6655
坂本医院 内科・婦人科	親和町	63-4641
柴田長庚堂病院	中堀町	64-1111
たかお循環器内科	桜町	62-6300
林内科医院	津町	62-6657
わたなべ内科クリニック	中安德町	62-1515

熱中症警戒アラートが発令されたら予防行動をとりましょう

熱中症警戒アラートとは、ひとことと言うと、
 「熱中症にかかる危険性が極めて高いので積極的に熱中症予防に努めましょう」という情報だね。



水分補給や休息をとって、危険な暑さを避けることが大切です！
 アラートはテレビやラジオの他、環境省LINE公式アカウントからも確認できます。



◀環境省公式LINE

しまばら食育レシピ

水菜としらすの韓国のり和え



■1人分栄養価■

エネルギー：95kcal たんぱく質：6.1g
 脂質：6.4g 食塩：0.7g

《作り方》 レシピ提供：食生活改善推進員協議会

- ① 水菜は、根元を切り落とし、2～3cmの長さに切る
- ② しらすは熱湯にくぐらせる
- ③ 韓国のりは、手でちぎる
- ④ ①、②を③とごま油で和える

《材料（2人分）》

水菜・・・・・・・・・・100g
 しらす・・・・・・・・・・20g
 韓国のり・・・・・・4切れ（3g）
 ごま油・・・・・・・・・・大さじ1

食改が栄養満点のレシピを
 全34品公開中！！



◀公開レシピ





婦人検診(集団) ※要予約

■市保健センター ☎64-7713

■有明保健センター ☎68-5335

子宮がんや乳がんなどを早期に発見し、適切な治療に結びつけるために、市民を対象とした婦人検診(集団)を実施します。全て定員があり、予約が必要です。

検診名	子宮がん 20 ポイント	乳がん 20 ポイント	骨粗しょう症
対象者	職場などで検診がない市内に住民票を有する20歳以上の女性	職場などで検診がない市内に住民票を有する40歳以上の女性 ※妊娠中または妊娠の可能性のある人、授乳中の人、ペースメーカー装着者、豊胸手術を受けている人などは、受診できません	令和4年4月1日時点で40・45・50・55・60・65・70歳の市内に住民票を有する女性
受診内容	問診、細胞診、内診	問診、マンモグラフィ検査	問診、前腕のレントゲン検査
自己負担金	500円	600円	400円
持参品・その他	下半身を覆うもの(スカートでの受診またはバスタオルなど)	上半身を覆うバスタオルなど	実施日程は、下表の「骨粗」欄に○印がある日

▶受付時間

- 午前 ①9時～9時15分
②9時30分～9時45分
③10時～10時15分
④10時30分～10時45分
⑤11時～11時15分(土日のみ)

- 午後 ⑥13時30分～13時45分
⑦14時～14時15分
⑧14時30分～14時45分
⑨15時～15時15分

▶**申込方法** 電話で市保健センターに申し込んでください。申し込みの際に、希望の受付時間を知らせてください。

※土・日曜、祝日を除きます

▶**申込期間** 8月2日(月)～8月13日(金)

▶注意事項

- ①クーポン券対象者、受診日70歳以上、市民税非課税世帯、生活保護世帯の人などは、各証明書の提出により自己負担金が無料になります
②マスクの着用・手指の消毒など新型コロナウイルス感染症予防対策に協力をお願いします



日程	受付時間	会場	骨粗
8月	16日(月) 9:00～10:45 13:30～15:15	市保健センター	○
	17日(火) 9:00～10:45 13:30～15:15	安中公民館 市保健センター	○
	18日(水) 9:00～10:45 13:30～15:15	有明保健センター	
	19日(木) 9:00～10:45 13:30～15:15	有明保健センター	
	20日(金) 9:00～10:45 13:30～15:15	有明保健センター	○

日程	受付時間	会場	骨粗
8月	21日(土) 9:00～11:15	有明保健センター	○
	22日(日) 9:00～11:15	市保健センター	○
	23日(月) 9:00～10:45 13:30～15:15	三合農村環境改善センター 市医師会館	○
	24日(火) 9:00～10:45 13:30～15:15	市保健センター	○
	25日(水) 9:00～10:45 13:30～15:15	市保健センター	○