

女性のがん集団検診

健康増進課・☎②4511

▼子宮頸がん検診

対象 市内在住で20歳以上の女性
(平成13年3月31日以前生まれ)
※20歳代で、昨年度市の子宮頸がん検診を受診した方は除く。

内容・料金 細胞診⇨800円

※30・35・40歳の方は希望によりHPV検査(800円)あり。

▼乳がん検診

対象 市内在住で30歳以上の女性
(平成3年3月31日以前生まれ)

内容・料金 ▼30〜39歳/超音波検査のみ⇨500円

▽40歳以上/超音波検査+マンモグラフィ⇨900円

▼骨粗しょう症検診

対象 子宮頸がん、乳がん検診受診者で40歳以上の女性(昭和56年3月31日以前生まれ)

内容・料金 超音波検査⇨300円

※次の方は受診できません。

▽本年度に医療機関で市の乳がん検診、子宮頸がん検診を受診した方、受診予定の方

▽おりひめ検診を受診予定の方

▽妊娠中、妊娠の可能性がある方

▽乳がん検診は授乳中の方

▽子宮頸がん検診は、月経終了

3日間を含む月経中の方
《共通》日程・定員(抽選)

期 日	受付時間	定員
10月30日(金) ※託児あり(要予約)	13:30~14:00	45人
	14:30~15:00	45人
11月11日(水)	13:30~14:00	45人
	14:30~15:00	45人
12月20日(日)	8:30~9:00	35人
	9:30~10:00	35人
	10:30~11:00	35人

場所 保健センター

申込 はがきに①氏名②住所③生年月日④年齢⑤電話番号⑥希望する検診⑦希望日⑧託児希望の方は子どもの人数と生年月日(未就学児のみ)を書いて、8月31日(月)(消印有効)までに〒326-0808市内本城三丁目2022番地1健康増進課あて郵送

※9月中旬に抽選結果を郵送。市ホームページからの申込も可。

40歳未満の健幸づくり教室

健康増進課・☎②4512

日程 下表のとおり

	上段:健康チェック	下段:結果説明
①	8月31日(月) 9月25日(金)	
②	10月12日(月) 11月27日(金)	
③	12月25日(金) 1月27日(水)	

場 保健センター **時** 午前9時⇨血液検査、尿検査▽結果説明/午後1時30分⇨栄養、運動、健康管理のアドバイス **対** 18歳から39歳までの市民 **申** 事前に電話で同課※託児あり。市ホームページからの申込も可。

食中毒にご注意!

安足健康福祉センター

☎④15897



夏場は、細菌による食中毒が発生しやすい時季です。調理前に必ず手を洗いましょう。生肉は、新鮮でもカンピロバクターや腸管出血性大腸菌などが付いていることがあるので、注意が必要です。

食肉による食中毒を防ぐためのポイント

- 1 生肉を取るときは専用の Tongue や箸を
- 2 十分に火を通す(中心部を75℃で1分以上)
- 3 調理の前後や食肉を触った後は手を洗う
- 4 生肉に触れた調理器具はよく洗い、消毒
- 5 調理後の食品は、できるだけ早く食べる

テイクアウトのときも気を付けて!

飲食店から持ち帰りをする場合、車内の温度上昇や直射日光が食品を傷めます。なるべく早く食べるよう心がけましょう。

専門職による個別健康相談

健康増進課・☎②4512

開催月	午前	午後
8月	6日(木)	25日(火)
9月	23日(水)	7日(月)

時▷午前=9時30分~12時30分▷午後=1時30分~4時30分
※1組45分程度。**場**

保健センター **内**▷歯科衛生士による歯と口の相談=各3組▷管理栄養士による食事の相談=各3組※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため電話相談になる場合あり。**申**事前に電話で同課