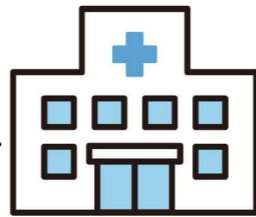




個別がん検診は病院で受けることができます



種類	検査方法	対象者	検診料金	検診病院	申込先
肺がん	胸部レントゲン検査	30歳以上の市民	各500円 ※胃カメラの場合は2,800円	あかびら市立病院	あかびら市立病院 在宅医療・健診センター ☎32-3211
胃がん	バリウム検査 または胃カメラ				
大腸がん	便潜血検査				
乳がん	マンモグラフィ検査	40歳以上の女性	各500円 ※昨年度、市の助成を利用した同検診受診者は対象外となります	滝川市立病院	健康づくり推進係 ☎32-5665 または 下記QRコードから
子宮頸がん	子宮頸部細胞診	20歳以上の女性		滝川市立病院 または 神部クリニック(滝川市)	

乳がん検診と子宮頸がん検診は、WEB申込みができます



旭川がん検診センター・札幌がん検診センターでも、個別がん検診を受けられるようになりました！

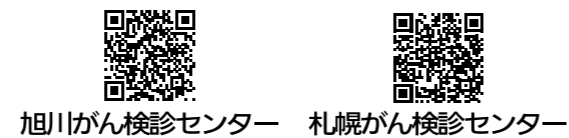
日程の決まっているバスツアー検診に加え、ご自分の都合の良い日に合わせて受けられる、個別がん検診をぜひご利用ください。(個別がん検診では送迎バスはありません)

□受けられる検診

- がん検診  
肺、胃、大腸、乳、子宮頸.....各500円
- オプション検診  
乳房エコー、婦人科エコー、腹部エコー、骨粗しょう症 など }...全額自己負担

□申込先

各検診センターへ直接お申し込みください。  
旭川がん検診センター ☎0120-972-489  
札幌がん検診センター ☎011-748-5522  
※各検診センターホームページからもお申し込みできます。(下記QRコードから)



風しん抗体検査事業について

対象者

昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性で、令和元年度から今までこの事業のクーポン券を使用して風しん抗体検査を実施したことがない方

上記対象者で検査をご希望の方は、健康づくり推進係(☎32-5665)にご連絡の上、風しん抗体検査を受けたい旨をお知らせください。過去の検査記録などを確認の上、風しん抗体検査が受けられるクーポン券を郵送します。

また、令和元年度から今までの間に風しん抗体検査を受けて、抗体が少なく予防接種対象であったにもかかわらず、風しんの予防接種を受けていない方も健康づくり推進係にご相談ください。



市民健康ガイド



5月17日は高血圧の日です (高血圧とは...140/90mmHg以上の血圧)

血圧が高い状態が続くと、

- 血管が破れたり傷つきやすくなる
- 本来の血管のしなやかさが失われてくる

血液の流れが悪くなり  
つまりやすくなる

- 脳出血(脳の血管が破れる)
- 心筋梗塞、脳梗塞  
(心臓や脳の血管がつまっておこる障がい)

生命の危険に関わる  
疾患を引き起こします



高血圧は自覚症状が出にくいいため、それによって起こる体の不調を“気のせい”にしがちです。めまいなどがあつたら、家庭血圧を測って高血圧のサインを見逃さないようにしましょう。

大切なことは、自分の血圧の値を知っておくことです。年に1回健康診断を受けるなどして、普段から定期的に血圧を測定しましょう。

□市内で血圧測定が出来る場所(無料)

- 市役所
- 総合体育館
- ゆったり温泉
- 交流センターみらい

また、日々の血圧の値を記録できる「血圧記録手帳」を無料でお渡ししています。ご希望の方は健康づくり推進係窓口までお越しください。



誰もが気軽に参加できるコミュニティカフェです。美味しいコーヒーを飲みながら健康について楽しくお話しませんか。

- 日時 5月11日(木) 14:00～15:30
- 場所 あかびら市立病院 かあさん食堂「ぼらん亭」
- テーマ 野菜、足りてますか？  
30秒で野菜摂取量を測定 Let'sベジチェック！