# 女性がん(子宮がん・乳がん)

子宮がん・乳がんは女性特有のがんで30歳~40歳代の女性で近年増加 傾向にあります。市では、検診で「何かしらの異常あり」と診断された方 の割合が最も多かったのは20代・30代でした。

がんは誰もがかかる可能性があり、初期症状はほとんどありません。 自分、そして、大切な方のために症状がなくても年に1度は受診しましょう。

**■実施期間**:令和元年5月1日~令和2年2月29日 ※休診日を除く

■受診方法:健康増進課へ申し込み。 施設受診券と問診票を郵送します。

※年度末は混雑する可能性があります。



を運動で重要なると

的意性必须? 

世に《で行けない

自還這段が原防

් ම්මරාග්ගත්

是财务机飞的意识方限

### 子宮がん検診(20歳から)

_				
	内容	対象年齢	自己負担金	医療機関名(所在地
	頸部がん検査	20 歳代	800円	岡田・小松崎クリニック(大谷
Ī	頸部がん および 体部がん検査		1,000 円 (頸部のみは 800 円)	小菅クリニック(下高間木1丁
				柳田産婦人科小児科医院(並木
				芳賀赤十字病院(中郷) 月~金の1
				ひがのクリニック(久下田)
				西真岡アクセプトインターナショ
				(高勢町) ※予約制

	医療機関名(所在地)	電話番号
	岡田・小松崎クリニック(大谷本町)	84-1941
	小菅クリニック(下高間木1丁目)※予約制	84-3511
	柳田産婦人科小児科医院(並木町4丁目)	84-1833
	芳賀赤十字病院(中郷) 月~金の 11:00 までに受付	82-2195
	ひがのクリニック(久下田) ※予約制	74-0051
	西真岡アクセプトインターナショナルクリニック (高勢町) ※予約制	80-1000

# 乳がん検診(30歳から)

	内容		対象年齢	自己負担金
	1	視触診および超音波検査	30 ~ 39 歳 ※ 40 歳以上でマンモグラフィを希望しない方	400 円
	( <b>2</b> ) }	視触診およびマンモグラフィ2方向	40 歳以上	600円
		視触診およびマンモグラフィ 1 方向	50 歳以上	500円

医療機関名(所在地)	検診内容	電話番号
金子医院(熊倉2丁目) ※予約制	1) • 2	83-2818
亀山クリニック(亀山1丁目) ※予約制	1) • 2	83-3212
鬼怒ヶ丘クリニック(上大沼) ※予約制	1) • 2	84-1124
小菅胃腸外科クリニック(熊倉3丁目) ※予約制	1	83-8611
高野医院(中) ※予約制	1	82-3162
芳賀赤十字病院《社会課》(中郷) ※予約制	2	82-2195
福田記念病院(並木町3丁目) ※予約制	1	84-1171
ふじた外科内科クリニック(田町) ※予約制	1) • 2	80-2877
柳田外科肛門科医院(台町)	1	82-5525
芳賀中央クリニック(芳賀町)	1	028-677-5581

【問い合わせ】健康増進課成人健康係 ☎83・8122 FAX83・8619

市が平成30年度に収集したごみの中で「もえるごみ」は、全体の約80%を占めており、この中 に多く含まれている生ごみや紙類を減らしていくことが、ごみの減量化・再資源化につながります。 今回は、もえるごみを減らすためにわたしたちができる「3R」についてお伝えします。



**3Rとは…**① **R** educe (リデュース)

: ごみを減らす ② R euse (リユース) :繰り返し使う

③ R ecvcle (リサイクル) :資源化する

# ① R educe(リデュース)

- ◆エコバック等を持参し、過剰な包装やレジ袋は断りましょう。
  ◆フリーマーケットやリサイクルショップを
- ◆買い物に行く前に、冷蔵庫や食品庫の中身を確認して余計 なものは買わないようにしましょう。
- ◆シャンプーやリンス、ハンドソープ等、詰め替え できるものは詰め替え商品を買いましょう。
- ◆生ごみの 70~80%は水分です。しっかり水切り して重量を減らしてから出しましょう。

# ② Reuse (リユース)

- 活用しましょう。
- ◆一度購入したものは、修理しながら大切に

使いましょう。



# ③ Recycle (リサイクル)

## ◇ ◆ 雑紙の種類 ◆ ◇

雑紙とは、新聞・雑誌・ダンボール・牛乳パック以外の再生できる紙製品です。

◆ティッシュ ペーパーの箱

字に縛ります。

◆はがき・封筒

◆カレンダー

◆紙袋・包装紙

紙以外の部分を

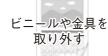
取り外す

◇ ◆ リサイクルできない紙 ◆ ◇







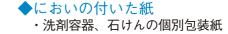


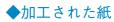
## ◇ ◆ 雑紙の出し方◆ ◇

小さい雑紙は、紙袋に入 れて袋の上から十文字に縛 ります。大きな雑紙は、畳 んでまとめて、ひもで十文

雑紙は、地域で決められ た資源②の日に、資源ステー ションに出しましょう。







- 圧着はがき ・写真
- ・感熱紙(レシート、FAX 専用紙など) ・防水加工紙 (紙コップなど)
- ・カーボン紙(複写伝票) ・金属箔が付いた紙(お茶の紙パック)
- ◆汚れた紙

・ピザやケーキの箱など ・ティッシュペーパー



市内に設置した専用の回収ボックスで小型家電を回収し、資源のリサイクルを推進します。

【回収ボックス設置場所】 市内7カ所(市役所本庁舎、市公民館、市公民館真岡西分館、

山前分館、大内分館、中村分館、二宮分館)

【回収品目】投入口(40cm×20cm)に入る小型家電

例:携帯電話、パソコン、デジタルカメラ、ゲーム機、電話機、電卓など

【注意点】家電リサイクル法対象品目(テレビ、エアコン、洗濯機、衣類乾燥機、冷蔵庫、 冷凍庫)は回収不可。個人情報を含むものは、あらかじめデータを消去してください。

【問い合わせ】環境課ごみ減量係 ☎83・8692、清掃係 ☎83・8126 FAX83・5896(2係共通)

(7) 広報もおか 令和元年7月号(6)

