

女性がん集団検診日程

実施日程	会場(受付時間13:30~14:30)
5月	9(月) 総合福祉保健センター
	10(火) 公民館大内分館
	18(水) 総合福祉保健センター
	31(火) 長沼地域体育館
6月	15(水) 物部会館
	6(水) 総合福祉保健センター
7月	12(火) 公民館中村分館
	21(木) 総合福祉保健センター
	27(水) 二宮コミュニティセンター
8月	8(月) 公民館山前分館
	1(木) 総合福祉保健センター
	7(水) 二宮コミュニティセンター
9月	13(火) 総合福祉保健センター
	27(火) 公民館真岡西分館

実施日程	会場(受付時間13:30~14:30)
10月	13(木) 総合福祉保健センター
	20(木) 二宮コミュニティセンター
11月	16(水)
	22(火) 総合福祉保健センター
	24(木)
	29(火)
12月	7(水) 総合福祉保健センター
1月	12(木) 総合福祉保健センター
	18(水)
	2(木)
2月	7(火) 総合福祉保健センター
	27(月)

は受付時間13:00~14:00

女性がん施設検診(個別に受ける方)

実施期間▶令和4年5月1日~令和5年2月28日 ※休診日を除く

年明けは混み合いますので早めを受けてください!

お電話または市ホームページ申込みフォームにてお申し込みください。施設受診券ハガキを郵送します。予約は直接医療機関へお願いします。
 ※過去3年間施設で受けたことのある方は4月末に受診券を郵送しますのであらかじめお申込みの必要はありません。
 3年以上受けていない方、または、75歳以上の方は、自動更新されませんので過去の受診の有無に関係なくお申込みください。

子宮がん検診対象者

子宮がん検診の内容	20歳	30歳	自己負担金
頸部がん検査	20歳代		800円
頸部がん及び体部がん検査	体部は、医師が必要と認めた方、希望する方	30歳以上	1,000円 (頸部のみの方は800円)

乳がん検診対象者

乳がん検診の内容	30歳	40歳	50歳	自己負担金
視触診及び超音波検査①		30歳~39歳 40歳以上でマンモグラフィを希望しない方		400円
視触診及びマンモグラフィ2方向検査②		40歳代		600円
視触診及びマンモグラフィ1方向検査②			50歳以上	500円

子宮がん検診施設一覧

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(下高間木一丁目) *予約制	84-3511
柳田産婦人科小児科医院(並木町四丁目)	84-1833
芳賀赤十字病院(中郷) ※午前11時まで受付(月~金曜日)	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(高勢町三丁目) *予約制	80-1000

乳がん検診施設一覧

医療機関名(所在地)	検診内容	電話番号
亀山クリニック(亀山一丁目) *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
高野医院(中) *予約制	①	82-3162
芳賀赤十字病院(中郷)(芳賀赤十字病院医事課) *予約制	②	82-2195
福田記念病院(並木町三丁目) *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) *予約制	①	82-5525
芳賀中央病院(市貝町) *要事前連絡	①	0285-81-5400

※「検診内容」欄にご注意ください。

ヤング健診(30歳~39歳の方)

ヤング特定健診・女性がん検診(子宮頸がん・乳がん検診)日程表

実施日程	会場(受付時間8:30~10:30)	
5月	29(日)	総合福祉保健センター
	30(月)	
7月	10(日)	総合福祉保健センター
	11(月)	
8月	31(水)	二宮コミュニティセンター

骨密度検診(40歳以上の方)

骨密度検診日程表

実施日程	会場(受付時間13:00~15:00)
10月	27(木) 総合福祉保健センター
11月	25(金) 二宮コミュニティセンター
12月	12(月) 総合福祉保健センター

※骨密度検診は、年度内に1回限り受診できます。女性がん集団検診内で骨密度検診を受ける場合はこちらの検診は受診できません。

健康維持のポイント!

健診と保健指導はセットで受けましょう

~なぜ毎年健診を受けないといけないの?~

○日々の健康管理への取り組みを評価し、その後に活かすため

毎年健診を受けて、過去の健診結果の推移をみることで、食事・運動・お酒・たばこなど、健康のために普段意識して取り組んでいることの評価ができます。

○早期発見・早期治療を可能にするため

毎年健診を受けていれば、初期には症状が出にくい病気を早期発見・早期治療することができ、長期に及ぶ通院や入院治療が回避されることで、貴重な時間やお金を費やさなくて済むことにも繋がります。

特定健診とはメタボリックシンドロームのリスク者を見つけ、

早い段階から生活習慣の改善を行い、予防をすることを目的とした健診です。

「毎年の健診受診」と同じく重要なのが“受けた後”の対応です

健診を受診するだけで“完結”させてはいけません。

病気になる前段階で予防策をとるには受診後の対応が重要です。

『精密検査』『特定保健指導』『生活習慣の改善』など、健診後の対応も含めて「健診」ととらえていただき、**受診後は結果を必ず確認し、判定結果に従って、医療機関の受診および保健指導を受けてください。**

また、生活習慣改善のために、市では様々な保健事業を実施していますので、ご活用ください。(次ページ参照)

特定保健指導とは健診結果から生活習慣の改善が必要と判断された方を

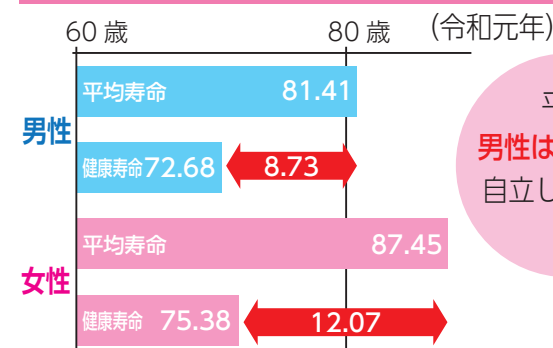
対象に医師や保健師・管理栄養士などによって行われる保健指導のことです。

令和時代の生き方! 「人生100年時代」を生きるために

「長生きだけど、自立した生活ができない・・・」 どう考えますか?

男女別の平均寿命と健康寿命の差

※健康寿命とは、自立して生活できる期間



平均寿命が長くても、男性は約9年、女性は約12年、自立して生活できていない期間があります。

不健康な生活習慣

内臓脂肪の過剰な蓄積により肥満・高血圧・脂質異常・高血糖を重複
メタボリックシンドローム

生活習慣病の発症
高血圧症・脂質異常症・糖尿病など

動脈硬化の進行

心臓病・脳卒中・糖尿病の合併症の発症

健康を損ねると、働いたり自立して生活することが困難になってしまいます。「仕事を頑張れる」「ご飯を美味しく食べられる」「好きなことに熱中できる」…ご自身やご家族の「健康」が基盤にあることで、毎日の生活はより充実したものとなります。

