

# 健康案内

## 検診

健康課(〒194-0001  
3、原町田5-8-21、  
健康福祉会館内、☎7  
25・5178)

### 基本健康診査

### 乳がん検診

この検診は町田市医師会の協力で実施するものです。  
対象 町田市民で勤務先などで検診の機会のない、基本健康診査



(町田市医師会)

春とともに到来するスギ花粉症は、年々多くの人を悩ませていきます。花粉症の患者さんが増えた原因は、戦後の植林事業で各地にスギが多く植えられたことが大きいと思われるが、他にもマイゼルエンジンによる大気汚染や住宅の密閉化によるダニの繁殖、遺伝的要因などが指摘されています。

花粉症の原因は、スギだけでなく、スギに続くヒノキ、初夏から夏のイネ科植物(カモガヤ、ハルカヤなど)、夏から秋のキク科植物(フタクサ、ヨモギなど)があります。花粉症は、花粉によっておこる

は18歳以上の方、乳がん検診・子宮がん検診は30歳以上の女性の方  
受診期間 原則として誕生日とその翌月、事情があつて期間外の受診を希望する方は、健康課までご連絡下さい。  
受診方法 健康手帳(お持ちでない方には病・医院で交付します)をお持ちになり、病・医院の一般診療時間内を受診して下さい。  
健康課に申し込む必要はありません。検診日時が決まられている病・医院がありますのでご注意ください。

町田市医師会加入の実施病・医院(必要方には病・医院の一覧表を送付します。健康課までご連絡下さい)  
町田市民病院は、一次検診の実施機関ではありません。他の医療機関をご利用下さい。  
【基本健康診査】

町田市民病院は、一次検診の実施機関ではありません。他の医療機関をご利用下さい。  
【乳がん検診】  
検診内容 問診、視診、触診、月経前の受診はなるべく避けて下さい。  
【子宮がん検診】  
検診内容 問診、内診、検体採取検査(体部については医師が必要と認められたのみ受診できます)

## 目と花粉症

アレルギー反応ですが、アレルギーって何でしょう。人間の体には、細菌やウイルスなどの異物が入ってきたときに、自分の体を守る防御機能があり、これを免疫といいます。ところが花粉など本来は有害なものに、体が過敏に反応して、自分の体に被害をおこす現象をアレルギーといいます。

花粉症は目や鼻に症状がでやすいのですが、なぜでしょう。結膜(目白)は、直接外界に接しており、花粉が入りやすく、侵入した花粉は涙に溶けやすく、結膜にはアレルギーを起こす免疫細胞や血管がたくさんあるためです。では、花粉症になったらどんな症状がでるのでしょうか。目がかゆい、充血する、目やにがでる、涙がでる、まぶたがはれる、目がゴロゴロするなど、が主な症状です。

検診内容 必須検査(すべての方に実施) ①問診②理学的診察③血圧測定④尿定性検査⑤血液検査(正確な検査数値を出すために空腹時にお受け下さい) 選択検査(医師の判断で選択的に実施します) ①心電図検査②眼底検査③血糖検査④胸部レントゲン撮影  
40歳以上の確たる方は医師が訪問して診査します。かかりつけににご相談下さい。  
費用 無料。ただし定められた検査以外の検査、治療及び投薬に要する費用は自己負担

子宮筋腫等で子宮手術を受けた方は、細胞が採取できる場合とできない場合があり、事前に医師とご相談の上、検診を受けて下さい。  
費用 乳がん検診700円  
子宮がん検診(頸部のみ)1000円、頸部+体部:2000円  
受診する際に病・医院に現金でお支払い下さい。  
【非負担者について】  
次の方は無料となります。  
①医療証をお持ちの方  
②老人医療受給者証をお持ちの方

生活保護受給世帯の方  
病・医院の窓口で渡される受診票で、負担・非負担の届け出をして下さい。  
【非負担者について】  
次の方は無料となります。  
①医療証をお持ちの方  
②老人医療受給者証をお持ちの方  
送付します。3月上旬までに

## 肺がん検診

かゆいのでついこすりすぎると、結膜にむくみがかこりゼリー状になることもあります。  
治療は、抗アレルギー薬や抗炎症薬の点眼が主なものですが、花粉が飛散する前から予防的に点眼すると、症状が軽くなる場合があります。シールド中は、規則正しく点眼することも重要です。かゆくなつたらといって慌てて点眼してもすくは効果が出ないのです。花粉は風の強い日や、雨天翌日の晴れた日に飛びやすいので、花粉情報は注意して下さい。外出時にはゴーグル型の眼鏡が有効です。また、家庭内に花粉を持ち込まないよう気を付けましょう。気になる今年のスギ花粉の飛散量では、平年並みややや多め、飛散開始時期は、東京では2月10日前後と予想されています。

対象 市内在住で1年以上内肩がん検診を受けたことのない35歳以上の方  
費用 1200円  
【費用負担】  
①胃の手術を受けた方②胃及び十二指腸の病気で現在治療中または経過観察中の方③妊娠中の方④は経過観察中の方⑤妊婦中の方⑥は受診できない方  
【非負担者について】  
次の方は無料となります。  
2001年度の市民税非課税世帯の方  
生活保護受給世帯の方  
病・医院の窓口で渡される受診票で、負担・非負担の届け出をして下さい。

## 健康づくり

日時 3月18日(月)、22日(金)午前9時~正午  
会場 健康福祉会館  
検診内容 問診、レントゲン撮影、バリウムを飲みます  
定員 各日55人(抽選)  
費用 800円

### 乳がん検診

対象 市内在住で1年以上内肩がん検診を受けたことのない40歳以上の方  
日時 3月19日(火)午前9時  
会場 健康福祉会館  
検診内容 問診、胸部レントゲン撮影、かたん検査  
定員 80人(抽選)  
費用 1200円

### 成人歯科健康診査

対象 検診日に40・45・50・55・60歳の方  
検診内容 問診、歯周疾患等の診査、予防指導  
費用 400円  
申し込み 協力歯科医院に直接お申し込み下さい。  
健康手帳をお持ちの方はご持参下さい。

対象 現在妊娠中で、初めての赤ちゃんを育てるお母さん  
日時 2月23日(土)午前10時  
会場 健康福祉会館  
内容 講師 二人でつくる家庭介護福祉士②社会福祉士③社会福祉士④看護士、のいずれかの資格を持ち、普通自動車免許を取得している方  
申し込み 2月18日までに電話で健康課へ。

## 募 集

町田市社会体育実技指導員登録者  
市主催のスポーツ、レクリエーション事業等における実技指導員の登録募集です。  
対象 20歳以上の方で①公認指導者資格を有する②大学の体育学関係の学部、学科または教育大学(学部)の体育専攻等を卒業または在学中③自分のクラブ等を除く指導経験が5年以上④選手経験が5年以上(関東大会以上の経験を有する)⑤その他、市の教育委員会が認められた方のいずれかに該当し、市主催の事業に積極的に協力できる方  
期間 4月2002年3月  
種目 エアロビクス、アクアビクス、テニス、卓球、バドミントン、バレーボールなど  
申し込み 町田市社会体育実技指導員バンク登録申請書(総合体育館内スポーツ課にあり)に必要事項を記入し、2月1日以降の午前8時30分午後5時(土・日曜日、祝日を除く)にスポーツ課(〒194-0045、南成瀬5-12、☎724・3440)へ。  
【町田市在宅福祉サービス公社】  
常勤職員  
対象 昭和41年4月2日、昭和55年4月1日に生まれ、かつ①介護福祉士②社会福祉士③社会福祉士④看護士、のいずれかの資格を持ち、普通自動車免許を取得している方  
申し込み 2月18日までに電話で健康課へ。

### 歯科健康相談

町田市歯科医師会の協力で、今回は歯並びを除く歯科疾患の相談です。  
対象 市内在住の方  
日時 2月13日(水)午後1時30分~2時30分  
会場 健康福祉会館  
担当歯科医師 木村直人氏  
定員 6人(申し込み順)  
申し込み 2月4日午前8時30分から、電話で健康課へ。  
相談時間は1人につき10分程度です。

### 両親学級

健康課 ☎725・5422  
初めての赤ちゃんを育てるにあたって、夫婦が家庭について考えたいませんか?  
対象 現在妊娠中で、初めての赤ちゃんを育てるお母さん  
日時 2月23日(土)午前10時  
会場 健康福祉会館  
内容 講師 二人でつくる家庭介護福祉士②社会福祉士③社会福祉士④看護士、のいずれかの資格を持ち、普通自動車免許を取得している方  
申し込み 2月18日までに電話で健康課へ。

町田市社会体育実技指導員登録者  
市主催のスポーツ、レクリエーション事業等における実技指導員の登録募集です。  
対象 20歳以上の方で①公認指導者資格を有する②大学の体育学関係の学部、学科または教育大学(学部)の体育専攻等を卒業または在学中③自分のクラブ等を除く指導経験が5年以上④選手経験が5年以上(関東大会以上の経験を有する)⑤その他、市の教育委員会が認められた方のいずれかに該当し、市主催の事業に積極的に協力できる方  
期間 4月2002年3月  
種目 エアロビクス、アクアビクス、テニス、卓球、バドミントン、バレーボールなど  
申し込み 町田市社会体育実技指導員バンク登録申請書(総合体育館内スポーツ課にあり)に必要事項を記入し、2月1日以降の午前8時30分午後5時(土・日曜日、祝日を除く)にスポーツ課(〒194-0045、南成瀬5-12、☎724・3440)へ。  
【町田市在宅福祉サービス公社】  
常勤職員  
対象 昭和41年4月2日、昭和55年4月1日に生まれ、かつ①介護福祉士②社会福祉士③社会福祉士④看護士、のいずれかの資格を持ち、普通自動車免許を取得している方  
申し込み 2月18日までに電話で健康課へ。

## 自 お知らせ

町田市社会体育実技指導員登録者  
市主催のスポーツ、レクリエーション事業等における実技指導員の登録募集です。  
対象 20歳以上の方で①公認指導者資格を有する②大学の体育学関係の学部、学科または教育大学(学部)の体育専攻等を卒業または在学中③自分のクラブ等を除く指導経験が5年以上④選手経験が5年以上(関東大会以上の経験を有する)⑤その他、市の教育委員会が認められた方のいずれかに該当し、市主催の事業に積極的に協力できる方  
期間 4月2002年3月  
種目 エアロビクス、アクアビクス、テニス、卓球、バドミントン、バレーボールなど  
申し込み 町田市社会体育実技指導員バンク登録申請書(総合体育館内スポーツ課にあり)に必要事項を記入し、2月1日以降の午前8時30分午後5時(土・日曜日、祝日を除く)にスポーツ課(〒194-0045、南成瀬5-12、☎724・3440)へ。  
【町田市在宅福祉サービス公社】  
常勤職員  
対象 昭和41年4月2日、昭和55年4月1日に生まれ、かつ①介護福祉士②社会福祉士③社会福祉士④看護士、のいずれかの資格を持ち、普通自動車免許を取得している方  
申し込み 2月18日までに電話で健康課へ。

### 臨時職員登録者

町田市社会体育実技指導員登録者  
市主催のスポーツ、レクリエーション事業等における実技指導員の登録募集です。  
対象 20歳以上の方で①公認指導者資格を有する②大学の体育学関係の学部、学科または教育大学(学部)の体育専攻等を卒業または在学中③自分のクラブ等を除く指導経験が5年以上④選手経験が5年以上(関東大会以上の経験を有する)⑤その他、市の教育委員会が認められた方のいずれかに該当し、市主催の事業に積極的に協力できる方  
期間 4月2002年3月  
種目 エアロビクス、アクアビクス、テニス、卓球、バドミントン、バレーボールなど  
申し込み 町田市社会体育実技指導員バンク登録申請書(総合体育館内スポーツ課にあり)に必要事項を記入し、2月1日以降の午前8時30分午後5時(土・日曜日、祝日を除く)にスポーツ課(〒194-0045、南成瀬5-12、☎724・3440)へ。  
【町田市在宅福祉サービス公社】  
常勤職員  
対象 昭和41年4月2日、昭和55年4月1日に生まれ、かつ①介護福祉士②社会福祉士③社会福祉士④看護士、のいずれかの資格を持ち、普通自動車免許を取得している方  
申し込み 2月18日までに電話で健康課へ。

### 嘱託職員

町田市社会体育実技指導員登録者  
市主催のスポーツ、レクリエーション事業等における実技指導員の登録募集です。  
対象 20歳以上の方で①公認指導者資格を有する②大学の体育学関係の学部、学科または教育大学(学部)の体育専攻等を卒業または在学中③自分のクラブ等を除く指導経験が5年以上④選手経験が5年以上(関東大会以上の経験を有する)⑤その他、市の教育委員会が認められた方のいずれかに該当し、市主催の事業に積極的に協力できる方  
期間 4月2002年3月  
種目 エアロビクス、アクアビクス、テニス、卓球、バドミントン、バレーボールなど  
申し込み 町田市社会体育実技指導員バンク登録申請書(総合体育館内スポーツ課にあり)に必要事項を記入し、2月1日以降の午前8時30分午後5時(土・日曜日、祝日を除く)にスポーツ課(〒194-0045、南成瀬5-12、☎724・3440)へ。  
【町田市在宅福祉サービス公社】  
常勤職員  
対象 昭和41年4月2日、昭和55年4月1日に生まれ、かつ①介護福祉士②社会福祉士③社会福祉士④看護士、のいずれかの資格を持ち、普通自動車免許を取得している方  
申し込み 2月18日までに電話で健康課へ。

町田市社会体育実技指導員登録者  
市主催のスポーツ、レクリエーション事業等における実技指導員の登録募集です。  
対象 20歳以上の方で①公認指導者資格を有する②大学の体育学関係の学部、学科または教育大学(学部)の体育専攻等を卒業または在学中③自分のクラブ等を除く指導経験が5年以上④選手経験が5年以上(関東大会以上の経験を有する)⑤その他、市の教育委員会が認められた方のいずれかに該当し、市主催の事業に積極的に協力できる方  
期間 4月2002年3月  
種目 エアロビクス、アクアビクス、テニス、卓球、バドミントン、バレーボールなど  
申し込み 町田市社会体育実技指導員バンク登録申請書(総合体育館内スポーツ課にあり)に必要事項を記入し、2月1日以降の午前8時30分午後5時(土・日曜日、祝日を除く)にスポーツ課(〒194-0045、南成瀬5-12、☎724・3440)へ。  
【町田市在宅福祉サービス公社】  
常勤職員  
対象 昭和41年4月2日、昭和55年4月1日に生まれ、かつ①介護福祉士②社会福祉士③社会福祉士④看護士、のいずれかの資格を持ち、普通自動車免許を取得している方  
申し込み 2月18日までに電話で健康課へ。