

まちだ

健康なときこそ

健康診査・相談を 役立てましょう

私たちが日々、健康で充実した生活を送るためには、日常の生活管理が欠かせません。初期の生活習慣病も自覚症状がないことから、気が付かないうちに進行していることがあります。そこで、市では今年度も別表のように健康診査や相談を行います。

なお、乳がん検診については、今年度からマンモグラフィー撮影を導入し、年3回実施します。本紙次号以降で募集しますのでご覧下さい。

健康づくりの基本的な生活習慣を身に付けることにはありますが、個人の取り組みを、家庭や地域、保健医療の専門家、市など社会全体で支えること

健康づくりは楽しく継続して健康づくりの基本的な生活習慣を身に付けることにはありますが、個人の取り組みを、家庭や地域、保健医療の専門家、市など社会全体で支えること

健康管理にお役立て下さい。

とによって、さらにその効果が高まります。

現在の自分の健康状態が優れているかどうかを自分で判定する主観的健康観が「とても健康」という人と「健康ではない」という人では、10年後の生存率で30%の差がついてしまうといわれています。自分は健康だと感じる人は長生きをしていることが、調査結果にも表れているのです。

健康づくりは楽しく継続して

2004年度健康診査のご案内

学校・職場等で健康診査の機会のない方は、下記の健康診査をご利用いただき、健康の維持管理にお役立て下さい。ただし、年度内（4 / 1 ~ 3 / 31）1回の受診となります。ご注意ください。

名 称	対 象 者	内 容	実施場所	受診期間	費用負担	申込方法
基本健康診査	18歳以上の方 選択診査における診査内容は医師の判断に基づくため、受診者の健康状態によって検査項目が多少異なります。	【必須診査】 問診・理学的検査・血圧測定・尿定性（糖・蛋白・潜血）・血液検査（白血球数・赤血球数・ヘモグロビン・ヘマトクリット・AST（GOT）・ALT（GPT）・γ-GTP・尿素窒素・クレアチニン・尿酸・総コレステロール・HDLコレステロール・中性脂肪・血糖検査） 【選択診査】 心電図・眼底検査・ヘモグロビンA1Cまたは糖負荷試験・胸部レントゲン直接撮影	町田市医師会加入の指定医療機関	原則として誕生月と翌月	無 し	直接医療機関へ
	40歳以上の方	【肝炎ウイルス検査】 2002年7月～2007年3月31日の期間中に1回のみ受診できます。対象は、次のいずれかに該当する方です。 今年度40・45・50・55・60・65・70歳になる方 過去に肝機能異常を指摘されたことのある方 広範な外科的手術を受けたことのある方 今年度、基本健康診査においてALT（GPT）値が要指導と指摘された方（詳しくは健康課へお問い合わせ下さい） 【訪問診査】 寝たきりの方を対象に、医師の訪問診査を実施します。診査内容及び受診期間は上記に準じます。				
乳がん検診	40歳以上70歳以下の偶数歳の女性	問診、視診、触診、マンモグラフィ（乳房X線撮影）	健康福祉会館	3期（年50回）	2,800円	広報「まちだ」で募集
子宮がん検診	30歳以上の女性	問診・視診・細胞診・内診・（子宮頸部検診後、医師が必要と認めた場合は子宮体部検診実施）	町田市医師会加入の指定医療機関	原則として誕生月と翌月	頸部 1,000円 頸部+体部 2,000円	直接医療機関へ
大腸がん検診	40歳以上の方	問診及び免疫学的便潜血検査（2日分の便を採取します）	町田市医師会加入の指定医療機関	5/10～6/5 10/12～11/6	800円	
肺がん検診	40歳以上の方	問診、喀痰検査、レントゲン直接撮影	健康福祉会館	毎月1回	1,200円	毎月1日号の広報で実施日を確認の上、健康課へお申し込み下さい
胃がん検診	35歳以上の方	問診及びレントゲン間接撮影（バリウムを飲みます）	健康福祉会館 各市民センター	毎月4～6回	800円	検診会場で直接おいで下さい
結核健康診断	16歳以上の方	レントゲン間接撮影（必要に応じて、直接撮影・断層撮影・喀痰検査実施）	健康福祉会館 各市民センター	7月、1月	無 し	
成人歯科健康診査	40歳以上65歳以下の方	歯・歯周病・歯列・咬合・口腔・義歯の清掃等の状況検査	町田市歯科医師会加入指定医療機関	通年	400円	直接医療機関へ

費用負担がある検診については、老人保健法医療受給者証・福医療証・高齢受給者証をお持ちの方、生活保護受給世帯、市民税非課税世帯の方は無料となります。
各検診の実施医療機関につきましては、健康課（☎725・5178）までお問い合わせ下さい。

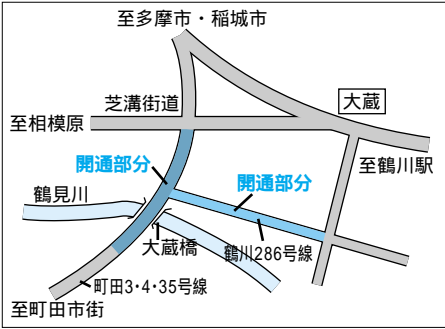
2004年度健康に関する事業のご案内

日程等については健康課までお問い合わせ下さい。

名 称	内 容	実 施 場 所	名 称	内 容	実 施 場 所
なんでも健康相談・どこでも栄養相談	申し込み不要です。直接会場において下さい。保健師、栄養士による個別相談です。	健康福祉会館 成瀬総合体育館	栄養・健康相談	予約制（医師紹介等の方）です。保健師、栄養士による個別相談です。	健康福祉会館 健康相談室 忠生各市民センター等
だれでも歯みがきレッスン	申し込み不要です。直接会場において下さい。歯科衛生士による歯みがきレッスンです。		市民健康相談（病態別）	テーマとなる病気について総合的に医師、保健師、栄養士等が個別相談を行います。申し込み制です。広報「まちだ」で募集します。	健康福祉会館

健康づくりの講習会等

名 称	内 容	実施場所	名 称	内 容	実施場所
健康教育講座	医師、歯科医師、保健師、歯科衛生士、スポーツトレーナー等とともに健康についての知識や病気の予防を学びます。	健康福祉会館	骨粗しょう症予防事業	40・45・50・55歳の女性を対象に骨量測定骨粗しょう症の勉強をします。申し込み制です。広報「まちだ」で募集します。費用負担金600円。	健康福祉会館
高脂血症栄養講習会	保健師、栄養士による高脂血症についての病気やその予防の講習会です（試食有）。申し込み制です。広報「まちだ」で募集します。		こつこつ教室	骨粗しょう症の病態・予防について、医師、運動指導員、保健師、栄養士とともに学びます。申し込み制です。広報「まちだ」で募集します。	
食改善調理実習	食生活改善や健康づくりをめざして、テーマ別に調理実習を行います。申し込み制です。広報「まちだ」で募集します。		栄養講習会	基本健康診査結果が要指導の方を対象に、生活習慣病予防を目的に病気、生活、食事について学びます（試食有）。申し込み制です。	
健康づくり講習会	医師、運動指導員、保健師、栄養士とともに健康診査等の結果に基づいた、栄養・運動・休養等について学びます。高血圧・高脂血症4日間コース、糖尿病4日間コース、ダイエットヘルシー6日間コース、健康増進4日間コースがあります。申し込み制です。広報「まちだ」で募集します。		いきいき女性セミナー	更年期を明るく乗り越え、みんなでいきいきと生活を送るためのセミナーです。申し込み制です。広報「まちだ」で募集します。9月開催。	



また、これに併せて市道鶴川286号線も拡幅整備されました。76mで、付近の渋滞緩和、通勤通学等歩行者の安全や利便性の向上が見込まれます。

都市計画道路3・4・35号線が
併せて市道鶴川286号線も整備
開通しました



問道路整備課 ☎724・1125

町田街道「常盤」交差点から相模原市上矢部4丁目「補給廠東側」交差点に向かう市道忠生441号線に接続する「常矢橋」が完成し、4月12日に開通式が行われました。この橋は、橋長27・1m

「常矢橋」が 開通しました

