健康診査・相談を役立てて 健康づくり

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・相談事業を行います。

「自分の健康は自分で守り育てる」ために、健康なときにこそ健康診査や相談を利用して、健康管理にお役立て下さい。

健康づくりはみんなと楽しく、継続して行いましょう。

問健康課 ☎725・5178

２００８年度 健康診査のお知らせ

町田市成人健康診査

※町田市国民健康保険以外に加入している40歳～74歳の方は、ご自身が加入している医療保険者が実施する特定健康診査を受けることになります。

対象	担当課	健診項目	受診場所	通知／受診期間	負担金
40歳～74歳までの町田市国民健康保険加入者 ・75歳以上の町田市民 ・65歳以上75歳未満の後期高齢者医療加入者	保険年金課 ☎724・2130	問診、身体計測（腹囲・身長・体重）、身体診察、血圧測定、血液検査（脂質・血糖・肝機能検査・腎機能検査）、尿検査（糖・蛋白） ※心電図検査、眼底検査、貧血検査、胸部レントゲン検査は医師の判断により行います。	町田市医師会加入の指定医療機関	・受診券を送付し受診できる期間を記載します。 ・2008年度中（４月１日から翌年３月31日）に65歳になる方、及び75歳になる方は、受診資格の関係で、受診券送付時期が上記の時期と前後する場合があります。 誕生月／受診券送付 ４・５・６月／５月末予定 ７・８・９月／７月末 10・11・12月／９月末 １・２・３月／10月末	500円（世帯員全体が市民税非課税の方、及び、生活保護受給者は、負担金が免除になります）
40歳以上の生活保護受給者	健康課 ☎725・5178				
18歳～39歳の町田市民の方で健康診査を受ける機会のない方				18歳～39歳の方には受診券は送付しませんので、直接、実施医療機関に電話等で受診日等を確認して受診して下さい。 受診期間６月１日～2009年１月31日	

※65歳以上の方は同時に介護予防の健診を実施します。問高齢者福祉課 ☎724・2146

がん検診・成人歯科健康診査

※勤務先や学校等で健康診断を受ける機会のある人は受診できません。※今年度70歳以上の方及び世帯員全体が市民税非課税の方、及び生活保護受給者は、負担金が免除になります。※2008年４月１日～2009年３月31日の間に対象年齢になる方が受診できます。※各検診の実施医療機関のお問い合わせは、健康課（☎725・5178）へ。

	検診名	対象	検診内容	実施場所	実施期間	負担金	申込方法
年度内に1回受診できるもの	子宮がん検診	20歳以上の女性	問診・視診・内診・細胞診（頸部のみ）	町田市医師会加入の指定医療機関	通年	1,000円	直接医療機関へ
	大腸がん検診	40歳以上の方	問診・便潜血反応検査（検便検査）		5/15～6/9 10/10～11/7	800円	
	前立腺がん検診	50、55、60、65、70歳となる男性	問診・血液（ＰＳＡ）検査		６／１～３／31　原則、成人健康診査との同時実施	1,000円	
	肝炎ウイルス検診	40歳以上で過去に検査を受けたことがない方	問診・Ｂ型肝炎ウィルス検査 Ｃ型肝炎ウィルス検査			な　し	原則、成人健診と同時実施
	肺がん検診	40歳以上の方	問診・胸部×線検査 かくたん細胞検査	健康福祉会館（集団検診）	毎月１回	1,200円	本紙で募集
	胃がん検診	35歳以上の方	問診・胃部×線（バリウム）検査	健康福祉会館・各市民センター	毎月４～６回	800円	
	成人歯科健康診査	健診日現在 30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の指定医療機関	通年	400円	直接医療機関へ
2年に1回受診できるもの	乳がん検診	今年度 40歳以上70歳以下の偶数歳となる女性	問診・視診・触診 乳房×線撮影検査（マンモグラフィ）	健康福祉会館（集団検診）	４、８、12を除く月（月に４～６回）	2,800円	本紙で募集
				町田市医師会加入の指定医療機関	奇数月（月４～６回）		

前立腺がん検診が始まります

市では、６月１日より、前立腺がんの早期発見を目的とした前立腺がん検診を始めます。

○対象　２００８年４月１日から２００９年３月31日の間に、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳になる男性の方（＝下表）

○受診期間　２００８年６月１日から２００９年３月31日の間に、１回受診できます。

○場所　市内の指定医療機関

○内容　ＰＳＡ検査（前立腺特異抗原）…前立腺の異常を感知する腫瘍マーカーです。採血によって検査します。

○費用　１０００円（後期高齢者医療被保険者証・高齢受給者証をお持ちの方・市民税非課税世帯・生活保護世帯の方は無料）

○受診方法　原則として、成人健康診査を受けるときに、医療機関に申し出て下さい。対象年齢の方で、成人健康診査時に受けられなかった方、または会社の健診で受ける機会がない方も、随時受けられます。

※現在、前立腺について治療中の方は、受診はご遠慮下さい。

問健康課☎７２５・５１７８

2008年度 対象者、誕生日早見表

50歳	昭和33年４月１日～昭和34年３月31日生
55歳	昭和28年４月１日～昭和29年３月31日生
60歳	昭和23年４月１日～昭和24年３月31日生
65歳	昭和18年４月１日～昭和19年３月31日生
70歳	昭和13年４月１日～昭和14年３月31日生

土曜・日曜検診の開始

胃がん・肺がん検診が土曜・日曜の検診を６月から始めます。平日お仕事などで、検診の機会のない方の受診をおすすめします。

詳しくは各月１日号の募集案内をご覧下さい。

問健康課☎725・5178

販売しています

紀要『自由民権』21号 民権ブックス21『民権期武相の新聞・雑誌』

紀要の特集「『武相自由民権史料集』を繙（ひもと）く」には、『史料集』（昨年末刊行）の編集スタッフによる、『史料集』を用いた研究成果を収録しており、民権ブックスは、明治前期に武相地域を拠点に発行されたメディアが、地域から何を発信し、地域に何をもたらしたのか、に迫った企画展の記録となっています。

○販売価格　各５００円

○販売場所　自由民権資料館、「市政情報やまびこ」（市役所中町分庁舎）、生涯学習課（市役所森野分庁舎）

問自由民権資料館☎７３４・４５０８

２００８年度健康に関する事業のご案内

※日程等のお問い合わせは健康課（☎725・5178）へ

	名称	内容
①	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。
②	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。
③	健康教育講座	歯科医師、歯科衛生士とともに歯や口の中の健康について知識や病気の予防を学びます。
④	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。本紙で募集します。
⑤	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、栄養・運動・休養等について学びます。高血圧・高脂血症予防コース、糖尿病予防コース、ダイエットヘルシーコースがあります。申し込み制です。本紙で募集します。
⑥	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。（骨量測定有）申し込み制です。本紙で募集します。
⑦	栄養講習会	生活習慣病予防コース 食生活との関係の深い生活習慣病予防を目的に食生活の見直し、病態等について学びます（試食有）。申し込み制です。本紙で募集します。

※会場は①②は健康福祉会館及び総合体育館、③④⑤⑥は健康福祉会館になります。