

肺がん検診！

早期発見・治療で約8割が治ります！

40代から増え始める「肺がん」は、男性の10人に1人、女性の21人に1人が発症するとされており、現在、がん種別死亡率は第1位です。また、肺がんによる死亡者の2人に1人は、喫煙者でも受動喫煙者でもないことから、喫煙者以外の方も定期的に検診を受けるようにしましょう。

	肺がん・結核検診	喀痰検査
対象者	4月1日現在で40歳以上の方 ※65歳以上の方は、検診の名称が結核検診となりますが、検査項目は同様です。	4月1日現在で40歳以上の方 (喀痰検査のみの受診はできません。) 肺がん・結核検診を受診された方で、たばこを吸われる方。
検査方法	胸部エックス線撮影	喀痰細胞診(検診会場でお渡しする容器に3日分の痰を採取し郵送)
自己負担額	500円(65歳以上の方は無料)	500円
実施方法	肺がん・結核検診、喀痰検査を同時実施	

平成30年度の検診日程

受付時間 9時～10時、13時～14時

実施日	午前	午後	会場
6月 5日(火)	●	●	保健センター
6日(水)	●	●	五郷福祉センター
11日(月)	●	●	鶴枝公民館
12日(火)	●	●	本納中学校 柔剣道場
14日(木)	●	—	二宮福祉センター
	—	●	豊岡福祉センター
15日(金)	●	●	保健センター
16日(土)	●	●	
18日(月)	●	●	東部台文化会館
20日(水)	●	●	
21日(木)	●	●	
23日(土)	●	●	保健センター

【喫煙者の方へ】

最近流行りの加熱式タバコは煙も出ず、灰や臭いも少ないので一見影響がないように見えますが、結論から言うと、あまり意味はありません。確かにタールの量は減りますが、それ以外の約200種類の有害物質はそのまま含まれています。

しかし、喫煙年数が長い人であっても、今すぐ禁煙すれば、5年後には肺がんリスクは低下します。

【世界禁煙デー・禁煙週間】

毎年5月31日は世界禁煙デーです。また、5月31日～6月6日までが禁煙週間です。ぜひ煙のない生活を考えてみましょう。



お申し込み・お問い合わせは、

健康管理課(2階)

✉ kenkou@city.mobara.chiba.jp

☎(20)1574、FAX(20)1600、

保健センター

☎(25)1725、FAX(25)1865へ。

糖尿病を知ろう。
食べて実践！毎日の食事を
見直してみませんか？

特定健康診査や人間ドック等で、ヘモグロビンA1cが高めと言われた方、糖尿病予防の食事について学んでみたい方。糖尿病の基礎知識と茂原市健康生活推進員さんオススメの「バランスの良い食事」を食べて、糖尿病を予防しましょう！

また、ご家庭で実際に飲んでいるみそ汁の塩分測定も実施します。ぜひご参加ください。

6月26日(火)10時～13時30分
(受付9時30分) / 内容 講話「糖尿病についての基礎知識と食事」、バランスの良い食事の試食 / 募集人数 20人 / 費用 500円 / 場所 保健センター / 持ち物 筆記用具、特定健診・人間ドック等の健診結果表、みそ汁100cc程度(希望者) / 締め切り 6月19日(火)
お問い合わせは、保健センター
☎(25)1725、FAX(25)1865へ。

お知らせ

市では、広報紙の送付を希望される方に無料で郵送しています。お問い合わせは、秘書広報課 ☎(20)1512、FAX(20)1601へ。