

# 子宮がん・乳がん検診について

- 対象者**／子宮がん検診 20歳以上(平成5年3月31日以前の偶数月に生まれた女性)  
乳がん検診 40歳以上(昭和48年3月31日以前の偶数月に生まれた女性)  
※がん検診推進事業無料クーポン券対象者はすでに個別通知しています。
- 集団検診申込み**／8月27日(月)から電話で保健センターへ(受付時間 平日8時30分～午後5時15分)  
※①75歳以上の方、②住民税非課税世帯、③生活保護受給者の方は無料になります。  
②、③の方は、保健センターに事前に印鑑を持参の上、申請してください。

## 子宮頸がん、乳がん集団検診

- 検診会場**／保健センター
- 検診料**／子宮頸がん検診 700円、乳がん検診 2,000円
- 持ち物**／健康手帳

| 種目    | 内容               | 日程                                                                                    |                          |
|-------|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| 子宮頸がん | ・内診<br>・細胞診      | ▶子宮頸がん・乳がん同日実施(いずれかのみも可)<br>9月25日(火)、10月5日(金)、9日(火)、16日(火)、<br>11月2日(金)、16日(金)、27日(火) | 午後                       |
| 乳がん   | ・視触診<br>・マンモグラフィ |                                                                                       | ▶乳がんのみ 9月8日(土)、12月16日(日) |

- 子宮頸がん検診注意点**
  - ▶妊娠中、生理中及び生理終了後3日以内、子宮全摘出手術を受けた方は、受診できません。
  - ▶受診される方は、着脱の簡単な服装(スカートなど)でお越しください。
- 乳がん検診注意点**
  - ▶妊娠中・授乳中、心臓ペースメーカー使用、豊胸術を受けた方は、受診できません。

## 子宮がん個別検診

- 申込み**／ねもとレディースクリニック(☎991-5216)に要予約
- 日程**／12月28日(金)まで。
- 検診料**／子宮頸がん検診 1,700円、子宮頸がん・体がん検診(医師の指示のある方のみ) 2,500円

# 熱中症を予防しましょう

次の5つのポイントに気をつけ、熱中症を予防しましょう。

- ① **高齢者は上手にエアコンを!**  
節電中でも室内温度を測り、適切にエアコンを使いましょう。
- ② **暑くなる日は要注意!**  
湿度が高いと、体からの汗の蒸発が妨げられ体温の上昇が加速してしまいます。
- ③ **水分・塩分こまめに補給!**  
のどが渇く前に水分を補給しましょう。汗には塩分が含まれています。汗をかいたら水分とともに、塩分を含む飲料を飲みましょう。アルコールは体内の水分をだしてしまうので、逆に危険です。
- ④ **「おかしい!？」と思ったら病院へ!**  
熱中症は、めまい、頭痛、吐き気、倦怠感などの症状から、ひどい時には意識を失い、命が危険になることもあります。「おかしい」と思ったら、涼しいところに避難し、医療機関に相談しましょう。
- ⑤ **周りの人にも気配りを!**  
ご近所で声を掛け合うなど、周りの人の体調にも気を配りましょう。

