

お元気ですか  
保健師です

# 初期の段階でも発見できる 乳がん検診・子宮がん検診を受けましょう！

■申込み・お問い合わせ  
保健福祉課保健・介護グループ  
総合福祉センター「ハピネス」  
☎・☆4-33356

いつ自覚症状がでる？

がん細胞が増殖し始めても、自覚症状はほとんどありません。自覚症状がでるのは、がん細胞が増え、体に害を与え始めてからがほとんどです。検診では、自覚症状がない段階でも発見することができ、早期発見・治療ができるよう、定期検診を受けることが何より大切です。

## 乳がん検診

マンモグラフィ（乳房のレントゲン写真）をとり、乳がんを早期に発見するために、乳がん検診を受けるほか、毎月1回自分で乳房を見て触る「自己検診」も大切です。

40歳を過ぎたら2年に1回は乳がん検診を受けましょう。

## 子宮がん検診

子宮の入り口（頸部）と必要であれば子宮の奥（体部）の検査ができます。子宮がん検診は、子宮頸部の細胞を染色します。閉経後で不正出血のある場合には、体部（内膜）の細胞を染色します。また、超音波検査をあわせて行うことで、がん以外にも子宮筋腫や卵巣の腫瘍などを見つけることができます。若い世代の子宮頸がんが増えてきます。20歳を過ぎたら2年に1回は子宮がん検診を受けましょう。

## ■検診日程(集団検診)

検診日	検診会場	乳がん検診 (40歳以上)	子宮がん検診 (20歳以上)
9月16日(水)	総合福祉センター「ハピネス」	●	●
12月3日(木)	旭川がん検診センター(バスツアー)	●	●

※受診数の減少に伴って時期が変更となり、検診日が減っています。  
\*バスツアーは、朝7時30分に旭川がん検診センターのバスで下川を出発し、午後1時～2時頃に下川に帰って来ます。  
\*旭川がん検診センターで骨粗しょう症検診を受けることもできます(足のかかとの超音波検査で、料金は1,050円です)。

## 個別検診について

旭川がん検診センターで、ご都合にあわせて個別に受けることもできます。日曜日に行われる「日曜がん検診」も6回(6月28日、9月13日、10月18日、12月13日、2月14日、3月14日)ありますので、お仕事等で平日のご利用が難しい人にもお勧めです。旭川がん検診センターに直接お問い合わせ、お申込みください。

旭川がん検診センター  
予約専用フリーダイヤル  
☎0120-927-489

## 無料クーポン券をご利用ください

今年度、次の年齢に該当する人に無料クーポン券を郵送しています。検診の申込みをして、検診当日にご持参ください(紛失した場合は、再発行しますのでご連絡ください)。

- 乳がん検診  
40歳、41歳、46歳、51歳、56歳、61歳
- 子宮がん検診  
20歳、21歳、26歳、31歳、36歳、41歳

## 集団健(検)診の日程が変わりました

5月16日(土)・17日(日)に実施する予定だった集団健(検)診が、7月25日(土)・26日(日)に延期となっています。集団健(検)診をお申込みされる人は、総合福祉センター「ハピネス」までお申し込みください。

日程	ハピネス健診 国保特定健診 後期高齢者健診	胃・肺・大腸がん検診
7月25日(土)	●	●
7月26日(日)	●	●

会場 総合福祉センター「ハピネス」

※午前6時～午前10時はお申し込み最大人数に達したため、両日とも受付時間を午前10時～午前10時30分で受付しています。

## 産後ケア事業の対象者が変わりました

産後ケア事業 授乳のこと、心や身体の悩みや不安、子育てのこと等、経験豊富な助産師のサポートが受けられます。希望する場合は、保健師までご連絡ください。退院した日から利用できます。

## 対象者

下川町に住所のある産後11か月までの人

## 場所

ご自宅(里帰りの場合はご相談ください)またはのぐち母乳育児相談室(名寄市西10条9丁目48-60)

## 利用料

2時間以内  
1,000円/回  
(産後11か月までの間に5回分利用できます)

## 保健師・栄養士の担当地区の紹介

初めまして。今年の4月から保健師としてハピネスに勤務させていただきます。瀬澤理菜と申します。健診(検診)や健康相談など様々な場面で町民の皆様と関わることをお思います。赤ちゃん、妊婦から高齢者の皆様が健康に過ごせますよう、お話を聞かせていただいたり、病気の予防や早期発見、重症化予防のお力添えをしたいと考えております。住民の皆様へ寄り添って、共に歩んでいきますのでよろしくお願います。

保健師の担当地区が変更となりましたのでお知らせいたします。

## ■担当地区

葦島保健師	野崎保健師	木村保健師	瀬澤保健師	又村栄養士
全町	幸町、錦町、末広町	上名寄第一・第二・第三、北町、元町、共栄町、旭町、新町	中成南、中成北、班溪、緑町三和、二の橋一の橋	全町

## ■検診料金

検診内容		対象者	一般	国保	後期高齢者 医療被保険者
乳がん検診	一方向	50歳以上	1,600円	800円	500円
	二方向	40～49歳	1,900円	1,000円	
子宮がん検診	頸部	20歳以上	1,800円	900円	600円
	体部	閉経後、不正出血等のある人	800円	400円	300円
子宮・卵巣の超音波検査		20歳以上	どなたも1,050円		

