



定期的な検診で子宮がんを早期発見!

初期にはほとんど症状がなく、自分では気が付きにくい子宮がん。近年20~30歳代の子宮頸がんが増えています。早期発見のためには2年に1回の検診を受けることが大切です。また、不正出血など少しでも気になる症状があるときは速やかに受診しましょう。

子宮頸がん検診はこんな検査です!

- 対象者** 20歳以上の女性
- 受診間隔** 2年に1回
- 検査項目** 問診、視診・内診、細胞診
- 費用** 1,200円



検診実施場所

- ①集団方式 市保健センター、十和田湖公民館
▶市保健センターに申し込みが必要です。
- ②個別方式 彦産婦人科医院 ☎227711
十和田産婦人科内科クリニック ☎237777
藤井産婦人科医院 ☎25588
▶直接各医療機関にお申し込みください。

■検診結果で、精密検査といわれたら…

必ず精密検査を受けましょう。精密検査でがんではないことが分かることも多く、むやみに怖がる必要はありません。また、がんは早期であれば比較的治療しやすく完治が見込めます。精密検査を避けていては、早期発見のチャンスを逃してしまいますので、必ず受けましょう。



■無料クーポン券が送付されたかたへ

市では女性特有のがん検診の無料クーポン券を対象者に郵送しています。郵送されたかたは、この機会にぜひ受診しましょう。

子宮がんを予防しよう! 生活習慣で気をつけるポイント

- 体を清潔にしましょう。
- 太りにすぎに注意しましょう。 $\text{適正体重} = \text{身長 (m)} \times \text{身長 (m)} \times 22$
- 禁煙しましょう。
- 緑黄色野菜をたっぷりとバランス良く食べましょう。



問い合わせ先 市保健センター (☎251181)

協会けんぽ、健保連、共済組合などの被扶養者のかたへ 特定健康診査とがん検診実施のお知らせ

対象 協会けんぽ、健保連、共済組合などの被扶養者で40歳から74歳までのかた

とき 11月14日(日) 午前7時~9時

ところ 市保健センター

申込期限 10月22日(金)

申し込み先 青森県総合健診センター (☎017-741-2386)

※申し込みが予定者数を越えた場合、次週11月21日(日)の受診となります。お早めにお申し込みください。



検査内容、料金、申込方法などは広報と一緒に配布したチラシをご覧ください。

■チラシ内容の一部訂正

「住民税非課税のかたのがん検診料金は免除」ではなく、「住民税非課税世帯のかたのがん検診料金は一部免除」となります。



話のサロン

こころの広場“ルピナス”

「気持ちを声にしてみませんか!~話をすることで、気持ちが軽くなります!~」

個別相談も行っていますので、悩みを抱えているかた、お話ししたいかたなど、どなたでもお気軽にお越しください。看護職のボランティアや傾聴ボランティアが対応します。

とき 毎月第2・第4土曜日
午前10時~午後1時30分
※ただし、9月の開催日は4日と25日です。

ところ 市勤労青少年ホーム

問い合わせ先 市保健センター (☎251181)

