

要申込

がんセット検診

胃がん・肺がん・大腸がん・乳がん・子宮頸がん

日時 2月16日(日)

会場 益田市総合福祉センター

申込締切 2月7日(金)

*がんは自覚症状がないまま進行します。

*がんを早く見つけるためには定期的ながん検診が大切です。

検診	対象者	料金	受付時間
胃がん	40歳以上の方	1,100円	9:00～11:00
肺がん		300円	13:30～14:30
大腸がん		800円	9:00～11:00
乳がん	40歳以上の女性	2,000円	9:30～11:30
子宮頸がん	20歳以上の女性	900円	13:30～15:30

- 肺がん検診を受診する方で喫煙指数（1日の喫煙本数×喫煙年数）が600以上の方は、喀痰検査を受診できます。※料金600円
- 大腸がん検診は、申込期間中に市立保健センターで検査容器を配布します。詳しくは、益田市健康づくりガイドブックをご覧ください。
- 乳がん・子宮頸がん検診は、国の方針に基づき受診間隔を2年に1回としています。また、対象者（乳がん検診は40歳、子宮頸がん検診は20歳と30歳）に無料クーポン券を送付しています。有効期限は3月末までです。ぜひご利用ください。

申込み・問い合わせ先

※定員に達した時点で申込受付を終了します。早めに申込みください。

市健康増進課 ☎ 31-0214 (平日 8:30～17:15)



問い合わせ先

市立保健センター (FAX 23-7134)
健康増進課 ☎ 31-0214
地域医療対策室 ☎ 31-0213
子ども家庭支援課 ☎ 31-1381
子ども福祉課 ☎ 31-0243
美都地域総務課 ☎ 52-2312
匹見地域総務課 ☎ 56-0302
メールアドレス
hoken-center@city.masuda.lg.jp

無料

活用しませんか？

「心の健康づくり出前講座」

市内の自治会やサロン、企業などの団体へ出向き、心の健康づくりについて、わかりやすくお話しします。

♥どんなテーマがあるの？

- ・高齢者の心の健康づくり
 - ・認知症予防や対応
 - ・ストレスの対処法
 - ・笑いの健康法
 - ・質の良い睡眠をとる方法 など
- ※時間や内容をご相談ください。

♥講師は？

松ヶ丘病院 専門スタッフ
(看護師、公認心理師、作業療法士など)

♥調整が大変そうだけど…

講師の調整や資料等の準備は健康増進課が行います。申込み団体は会場の準備をお願いします。

※開催希望日の1カ月前までに申込みください。

【申込み・問い合わせ先】

市健康増進課 ☎ 31-0214

活用について迷っている方も、気軽にご相談ください。



【子どもの心の相談】

就学年齢を対象に、眠れない、食欲がない、気分が沈む、イライラしやすいなどの心配ごとについて、子どもとその保護者の相談に応じます。

日 2月14日(金)

11:45～15:15

場 益田保健所

【お酒の困りごと相談】

飲酒量が増えてやめようと思ってもやめられない、お酒が原因でトラブルが増えた等、お酒に関するさまざまな相談に応じます。

日 2月13日(木)

13:00～15:00

場 益田保健所

※いずれも予約が必要です。

申 益田保健所 健康増進課

☎ 31-9545

【自死遺族 分かち合おうのことば】

大切な人を自死で突然失う衝撃。これ以上つらいことはありません。でも、どうか一人で悩まないでください。一緒に痛みを語り合いませんか。自死遺族だけで運営し、秘密は固く守られます。

日 2月15日(土)

14:00～17:00

*交流会15:30～

自死問題、遺族支援に関心がある方との交流会です。(参加費300円)

場 市立市民学習センター

202 研修室

問 しまね分かち合いの会・虹(事務局・桑原)

☎ 090-4692-5960