

9月は健康増進を目的とした 様々な取り組みの強化月間（週間）です！

① がん征圧月間

日本人の2人に1人ががんになり、3人に1人ががんで亡くなると言われています。
がんを予防し、がんと共に生きる社会環境作りを目指します。

② 食生活改善普及運動月間

「食事をおいしく、バランスよく」を基本テーマに、「毎日ぷらす1皿の野菜」「おいしく減塩1日マイナス2g」「毎日のくらしにwithミルク」を目標に、全国的に取り組みます。

③ 健康増進普及月間

②の運動と連携しながら、健康的な生活習慣の確立を目指して全国的に取り組みます。

【統一標語】

「1に運動、2に食事、しっかり禁煙 最後にクスリ～健康寿命の延伸～」

④ 自殺予防週間

9月10日の世界自殺予防デーにちなんで、毎年9月10日からの一週間を「自殺予防週間」としています。
長期休暇明けは学生の自殺率が高い傾向があります。地域のみなさまとともに、自殺対策について考えましょう。

上記月間の取組の一環として、門別図書館にて、9月6日(木)～9月14日(金)まで門別図書館カウンター前にて、がんに関する模型の展示と関係書籍の展示、貸し出しを行います。

また、9月18日(火)～9月25日(火)まで門別公民館にて、栄養、健康、精神保健に関するパネルの展示を行います。この機会に門別図書館及び門別公民館に訪れ、健康づくりについて考えてみませんか。



門別図書館で、健康な肺とそうでない肺のふくらみを体験できます



門別図書館で、乳がんにつながる「しこり」を実際に触ってみましょう

【お問い合わせ先】

日高町役場 健康増進課 電話 01456-2-6571

門別図書館郷土資料館 電話 01456-2-3746

門別公民館 電話 01456-2-6329

乳がん・子宮頸がん・大腸がん検診のお知らせ

対象者 **乳がん検診** → 40歳以上の女性で昨年度受診していない方
子宮頸がん検診 → 20歳以上の女性で昨年度受診していない方
大腸がん検診 → 40歳以上で乳がん・子宮頸がん検診と併せて受診希望の方
 40歳以上の男性

* 定員に余裕がある場合は、対象にならない方の申し込みを受け付けますが、検診料金は全額自己負担となります。金額については日高町役場健康増進課へお問い合わせください。

日 程

10月4日(木)		門別公民館
(午前)	乳がん検診50名、子宮頸がん検診130名	
(午後)	乳がん検診40名、子宮頸がん検診100名	
(受付時間)	① 8:45～ 9:00 ② 10:00～10:15 ③ 12:30～12:45 ④ 13:30～13:45	
※ご希望があれば、日高地区より送迎します。受付時間は②となります。		

(今後の予定) 11月20日(火) 厚賀会館(乳がんのみ、特定健診・がん健診と同時開催)
 平成31年3月8日(金) 札幌がん検診センター(無料送迎バスがでます)

自己負担金および検査内容

乳がん検診	(40～49歳) 2,000円 (50歳以上) 1,700円	乳房のエックス線撮影をします。 40～49歳は2方向、50歳以上は1方向のエックス線撮影をします。 ※平成31年3月31日を年齢基準日とします。
子宮頸がん検診	(20歳以上) 1,600円	子宮頸部の細胞をとって調べます。
子宮体部がん検診 (該当者のみ)	700円	問診や検診の結果、医師の指示の下、必要のある方に対して子宮体部の細胞をとって調べます。
婦人科超音波検査 (オプション) <small>ちょうおんぱ</small>	1,000円	<small>ちつ</small> 膣の中から超音波の機械を当てる検査です。子宮頸がん検診を受けた方に対して、オプションとして検査を行います。
大腸がん検診	800円	2日分の便をとり、潜血反応がないか調べます。

* 生活保護世帯の方、町民税非課税世帯の方、40歳(昭和53年4月1日～昭和54年3月31日生まれ)の方は無料です。

生活保護・非課税世帯の方は、課税状況を調査しますので同意書の提出が必要です。印鑑をご持参のうえ、役場健康増進課、厚賀出張所、水・くらしサービスセンター、日高総合支所地域住民課へお越しください。

◆ 次の年齢の方は「検診手帳」と「がん検診無料クーポン券」が配布され、今年度の検診を無料で受けることができます。

なお、子宮体部がん検診や婦人科超音波検査を受診された場合は、自己負担金がかかります

子宮頸がん検診
無料クーポン券対象者

20歳(平成9年4月2日～平成10年4月1日生まれ)の女性

乳がん検診
無料クーポン券対象者

40歳(昭和52年4月2日～昭和52年4月1日生まれ)の女性

※年齢基準日は平成30年4月1日です。

その他

お子様連れでも安心して受診できるように、子どもが遊べるスペースをご用意しています。
 なお、託児を希望される方は事前にご連絡ください。
 ご不明な点があれば下記までお問い合わせください。

【申し込み・お問い合わせ先】

* 申込期間は、**8月27日(月)～9月21日(金)**です。ただし定員になり次第締め切らせていただきます。

日高町役場 健康増進課 健康増進グループ 電話 01456-2-6571

日高総合支所 地域住民課 健康・介護グループ 電話 01457-6-3173