

Health

健康サポート

【問合せ】各項目の問合せ先にお問い合わせください。

平成28年度2月冬季がん検診

がん検診には予約が必要です。予約がない人は受診できません。予約期間内に予約をお願いします。

予約先／健康福祉課 健康推進係 ☎65・0001
(総合福祉センター「ひまわりの里」)

【検診日程】

検診日	検診場所・受付時間	検診項目
2月19日(日)	総合福祉センター 「ひまわりの里」 8時30分～11時	右表の 全項目
2月22日(水)		
2月28日(火)		
2月20日(月)	飯塚医師会健診 検査センター(飯塚市) 13時30分～14時30分	胃がん
2月21日(火)		肺がん 大腸がん

- ※年齢は平成29年4月1日時点
- ※対象者に☆印がある検診は、年齢対象外でも受診可(ただし料金が高くなります)
- ※乳がん検診は「マンモグラフィ」「視触診」のセット検診

予約期間／12月5日(月)～9日(金) 9時～16時
予約について／窓口・電話どちらでも予約可能です。希望する受診日をお伝えください。
予約した受診日の約1カ月前に、検診通知票と検診票が自宅に届きます。

【検診項目】

項目	対象者	料金
胃がん	40歳以上☆	500円
肺がん	40歳以上☆	胸部レントゲン 200円 痰の検査 300円
肺結核	65歳以上	無料
大腸がん	40歳以上☆	500円
前立腺がん	50歳以上☆	400円
子宮がん	20歳以上	500円
乳がん(※)	40歳以上で、 大正・昭和偶数 年生まれの人	1,000円
肝炎ウイルス	40歳	無料

マメに 正しい手の洗い方

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう

- 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
- 手の甲をのぼすようにこすります。
- 指先・爪の間を念入りにこすります。
- 指の間を洗います。
- 親指と手のひらをねじり洗います。
- 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

マメに手洗い、マメにマスクでインフルエンザ予防!

厚生労働省 ●さらに詳しい情報は…「インフル 厚生省」

インフルエンザに感染しないために

- 1. 予防接種を受ける**
予防接種は、発症する可能性を減らし、発症しても症状を軽く済ませることができます。
- 2. マスクをつける**
マスクは、鼻と頬にピッタリと貼り付けるように装着し、顎をしっかりと覆いましょう。
- 3. 手洗いとうがい**
外から戻ったら、せっけんを使った丁寧な手洗いとうがいをしましょう。
- 4. 室内を加湿する**
洗濯物を室内に干したり、濡れタオルを干したりして加湿し、温かくして過ごしましょう。
- 5. 睡眠と栄養をしっかり**
疲れていると体の抵抗力が落ちます。しっかりと睡眠と栄養のバランスの取れた食事を。