



平成31年度 がん集団検診【胃(胃部エックス線(バリウム)検査)、子宮頸、乳、大腸]・骨粗しょう症検診のご案内

今年度から子宮頸がん・乳がん検診の集団検診と同日に大腸がん検診が受診できます。大腸がん集団検診単独での申し込みはできません。申込者には検査キット一式を子宮頸がん・乳がん集団検診の受診券に同封します。集団検診の日程や申込締切日など、詳しくは今号折り込みの「保健センターのご案内」または市ホームページをご覧ください。

◎申込が不要な方

平成30年度に集団検診(胃・子宮頸・乳がん)を前期に受診した方には5月下旬に、後期に受診した方には10月上旬に受診券を発送します。ただし、受診日の希望がある方は、申込締切日までにお申し込みください。

◎申込が必要な方

平成30年度に受診していない集団検診を新たに希望する場合は、以下の方法でお申し込みください。

申込方法 保健センター窓口、はがき、封書、ちば電子申請サービス(QRコード参照)に住所・氏名・生年月日・電話番号・希望する検診名(胃がん検診を希望する場合は、「胃部エックス線(バリウム)検査」または、「胃内視鏡検査」のどちらが希望か記載)・受診希望日を明記



※連名、電話・ファクスでの申し込みは不可 ※希望日時は第2希望まで記載可。希望に添えない場合があります。※複数の検診の同時申込可

申・問 〒270-1132湖北台1の12の16健康づくり支援課(保健センター) ☎7185-1126

◎今年度から胃がん検診(胃内視鏡検査)を実施します

胃がん検診(胃内視鏡検査)は市への申し込みが必要です。集団検診の胃がん検診(胃部エックス線(バリウム)検査)とどちらか一方しか受診できません。

対象 平成32年3月31日時点で50歳以上で偶数年齢の方

検診間隔 2年に1回※今年度胃内視鏡検査を受診した場合、来年度胃がん検診は受診できません。

実施期間 7月1日(月)～平成32年1月31日(金)

自己負担金 4500円(自己負担金が減免される方に該当する場合は3000円)

申込・実施方法 6月3日(月)までに集団検診と同様の方法でお申し込みください。6月下旬に申込者へ受診券を発送します。契約医療機関(送付する受診券に記載)に予約して受診してください。

※前年度胃がん検診を受診した方は4月22日(月)までに申し込みがなければ、胃部エックス線(バリウム)検査の受診券を発送します。発送後、胃内視鏡検査に変更する場合には受診券を添付したうえでお申し込みください。

※市の各種健(検)診の詳しい情報は、今号折り込みの「保健センターのご案内」または市ホームページをご覧ください。

申・問 〒270-1132湖北台1の12の16健康づくり支援課(保健センター) ☎7185-1126



脳ドックを受けてみませんか

受診期間 4月1日(月)～平成32年3月31日(火)

対象 受診日に我孫子市の住民基本台帳に記載されている方で、平成32年3月31日時点で40歳以上で5の倍数の年齢の方で、MRIおよびMRA検査を同時に受ける方(年齢の上限なし)※自覚症状のある方、脳血管疾患で治療中・経過観察中の方は対象外です。

実施医療機関 我孫子東邦病院 ☎7182-8166、名戸ヶ谷あびこ病院 ☎7157-2233、ほしの脳神経クリニック ☎7182-7171、平和台病院(予防医療センター) ☎7189-1119

受診方法 各医療機関にお申し込みください。医療機関窓口で本人確認書類(住所・氏名・生年月日分かるもの)を持参し、誓約書・同意書に記入

費用 市の負担額(1万円)を差し引いた自己負担額※医療機関ごとに費用が異なります。予約の際にご確認ください。

問 健康づくり支援課 ☎7185-1126

対象者の生年月日一覧表(年齢は平成32年3月31日時点)

昭和54年4月1日～55年3月31日(40歳)	昭和29年4月1日～30年3月31日(65歳)
昭和49年4月1日～50年3月31日(45歳)	昭和24年4月1日～25年3月31日(70歳)
昭和44年4月1日～45年3月31日(50歳)	昭和19年4月1日～20年3月31日(75歳)
昭和39年4月1日～40年3月31日(55歳)	昭和14年4月1日～15年3月31日(80歳)
昭和34年4月1日～35年3月31日(60歳)	昭和9年4月1日～10年3月31日(85歳)

甲状腺検査の一部を助成します

助成対象期間 4月1日(月)～平成32年3月31日(火)(申請は平成32年2月29日(土)まで)

対象 平成4年4月2日～23年4月1日生まれの方で、事故当日と検査日において我孫子市に住民登録のある方※詳しくは市ホームページまたはお問い合わせください。

問 健康づくり支援課 ☎7185-1126



4月2日は国連の定めた「世界自閉症啓発デー」 4月2日～8日は発達障害啓発週間

自閉症をはじめとする発達障害について知っていただくこと、理解をしていただくことは、発達障害のある人だけでなく、誰もが幸せに暮らすことができる社会の実現につながります。皆さんのご理解とご支援をお願いします。

◎自閉症を知っていますか?

自閉症の人は自分の殻に閉じこもっているわけではありません。気持ちをうまく伝えることや、他人の言葉の意図を理解することが苦手なために、誤解されやすいのですが、とてもまっすぐな感性を持っています。

問 障害福祉支援課・内線391

4月 各種検診と健康教室

◎乳幼児の各種健診・相談・教室 ☎は予約制です。

問 健康づくり支援課(保健センター) ☎7185-1126

項目	日程	対象・内容など
あいわせママパパ学級	6・13・20日(出)	妊娠20週以降の妊婦とその夫、ご家族の方
育児相談(乳幼児の育児)	10・24日(火)	子育て支援センター「にこにこ広場」、先着10人
	16日(火)	保健センター
4カ月児相談	2・9日(火)	平成30年11月生まれ
1歳6カ月児健康診査	11日(火)	平成29年9月1日～9月26日生まれ
2歳8カ月児歯科健診	25日(火)	平成28年8月生まれ
3歳児健康診査	18日(火)	平成27年9月1日～9月23日生まれ
5歳児健康診査	25日(火)	平成26年4月2日～4月30日生まれ
離乳食教室(4～6カ月児向け)	26日(金)	乳児の保護者、先着30人
後期離乳食教室(8～9カ月児向け)	17日(火)	平成30年7月生まれ、先着20人
食事・栄養相談	随時	全年齢対象・電話相談可

◎心の健康に関する教室

場所 保健センター
問 障害福祉支援課・内線421

教室名	日時
アルコール教室	5日(金)14時30分～16時
心の健康クラブ	15日(月)14時～16時

◎デイケアクラブ

時間 午前10時～11時55分
問 障害福祉支援課・内線381

開催日	場所
17日(火)	コホミン工芸工作室

◎遊具うんどう教室

時間 午前10時～11時
問 高齢者支援課 ☎7185-1112

開催日	場所
10日(火)	布佐南公園 *雨天中止
16日(火)	湖北台中央公園 *雨天中止
19日(金)	天王台西公園 *雨天中止



夜間頻尿

No. 409

4月の夜はまだ冷えます。睡眠中に起こされてトイレに通うのは煩わしいことです。尿意が起こすのか睡眠が途切れて起きるのか。いずれにせよどうすればよいかと受診します。残念ながら万人に有効な方法はありません。就寝前の飲水を控えて睡眠剤や消炎鎮痛剤の服用が効く人も少しいます。無効の人には頻尿を主訴にする過活動膀胱の治療薬の眠前服用です。膀胱の収縮活動を抑える抗コリン薬と膀胱伸展、リラックスさせるβ₃作動薬があります。2種のいずれかあるいは両者を投与します。男性ではエコーで前立腺の大きさを測定して肥大があれば肥大症治療薬を併用します。少々面倒ですが24時間の排尿回数と1回ごとの排尿量を記録する排尿日誌をつけて夜間多尿であれば、小児の夜尿症に使う抗利尿ホルモン剤を使う事もあります。日本では許可されていませんが、膀胱に直接ボトックス注射する事もあるようです。私の夜間頻尿対策は年齢とともに睡眠は浅くなるので夜間トイレに起きても気にしない。寝床の暖かさに恋々としないう。早起きすることにしています。

わくい泌尿器科医院 和久井守 問 健康づくり支援課 ☎7185-1126

●休日・夜間に病気になったら：○消防署(☎7184-0119)に電話をしてください。休日・夜間救急病院、小児救急病院をご案内します。案内された病院に行く場合は、症状やけがの状態を病院に直接電話してから受診してください。※JAとりで総合医療センターにおける23時から翌朝8時30分までの小児救急は基本的に重症患者に限定されます。※緊急の場合は迷わず「☎119」へ電話をしてください。※休日や深夜などの診察料は、割高になります。休日は日曜日、祝日、年末年始