

いつまでも元気で暮らしたい！

健康情報



花粉から守る！

4月はヒノキ花粉が増える季節です！ マスクやゴーグル、目薬などで対策するほか、家に入る前に服についた花粉をはらう、洗濯物を外に干すのを避けるなども効果的です♪それでも症状が改善されない場合には、早めに医療機関へご相談ください。

犬のお知らせ

鎌倉保健福祉事務所

狂犬病予防接種

狂犬病予防接種（集合注射）を実施します。当日は新規登録・転入登録も受け付けます。

日にち 4月14日(月)～16日(水)

※荒天時は日程が変更になることもありますので、当日保健センターへお問い合わせください。

場所 町内10か所を実施。時間や費用などの詳細はお知らせのハガキや町HPをご覧ください。

持ち物 集合注射お知らせのハガキ、黄色の愛犬手帳、フンを持ち帰るビニール袋など

問合せ 保健センター

☎87511275

相談や教室のお知らせ

相談の詳細やその他検査などについては、神奈川県HPで確認するか直接お問い合わせください。

こころの健康相談（予約制）

4月8日(火) 13時30分
25日(金) 13時30分

認知症相談（予約制）

4月15日(火) 13時30分

アルコール教室（予約制）

4月18日(金) 15時

妊婦さんの歯ぐきの検診（予約制）

4月21日(月) 13時10分

問合せ 鎌倉保健福祉事務所

☎046712413900

練功十八法の体験

日時 4月14日(月)

13時30分～14時30分

場所 保健センター

問合せ 練功普及会 黒田

☎87511428

犬のお知らせ

相談や教室のお知らせ

体験・教室

元気はつらつ教室

自治会館などに専門の運動士が出向き、イスに座つての無理なくできる体操を教えます。

時間 午後の間で1時間ほど

講師 衣笠病院の健康運動指導士

対象 おおむね60歳以上の団体

※費用は無料です。詳しくはお問い合わせください。

練功十八法の体験

犬のお知らせ

相談や教室のお知らせ

シェイプアップ教室

日時 4月18日、25日、5月2日、

9日(すべて金曜) 10時～11時

場所 保健センター

費用 2000円(初回に徴収)

持ち物 タオル・飲み物

問合せ 保健センター

☎87511275

犬のお知らせ

相談や教室のお知らせ

体験・教室

元気はつらつ教室

自治会館などに専門の運動士が出向き、イスに座つての無理なくできる体操を教えます。

時間 午後の間で1時間ほど

講師 衣笠病院の健康運動指導士

対象 おおむね60歳以上の団体

※費用は無料です。詳しくはお問い合わせください。

練功十八法の体験

犬のお知らせ

相談や教室のお知らせ

シェイプアップ教室

日時 4月18日、25日、5月2日、

9日(すべて金曜) 10時～11時

場所 保健センター

費用 2000円(初回に徴収)

持ち物 タオル・飲み物

問合せ 保健センター

☎87511275

平成26年度の集団健診（検診）

◆申込み方法

申込み期間内に郵送か逗葉地域医療センター内の専用ポストへお持ちください（受付は土日・祝日を除く8時30分～17時）。電話やFAXではお申込みできません。

※各種健診（検診）の結果は、健康管理を目的として、健康増進課に提出されます。

◆国民健康保険以外に加入している人

がん検診等を集団検診で希望する場合は、ハガキに住所・氏名・生年月日・検診当日の年齢・電話番号・検診希望日（第1希望・第2希望）・希望検診名（例：〇〇検診）を記入し、「〒249-0003逗子市池子字棧敷戸1892-6 逗葉地域医療センター」まで郵送するか医療センター内の専用ポストへお持ちください。

◆特定健康診査対象者

40歳から74歳までの国民健康保険加入者には、特定健康診査受診券と集団健診申込書、返信用封筒を送付しています。紛失した人は、健康増進課（☎内線211）へご相談ください。

月	日	子宮頸がん検診	場所	申込み期間 (消印有効)
5月	19日(月)		逗子	4月15日～21日
	26日(月)	○	逗子	
	29日(木)	○	葉山	
6月	24日(火)		逗子	5月1日～7日
	30日(月)	○	葉山	
7月	8日(火)		葉山	6月1日～7日
	17日(木)	○	逗子	
8月	27日(水)		逗子	7月1日～7日
9月	26日(金)		葉山	8月1日～7日
	30日(火)		逗子	
10月	3日(金)		逗子	9月1日～7日
	21日(火)		葉山	
	28日(火)		逗子	
11月	4日(火)		逗子	10月1日～7日
	14日(金)		葉山	
	29日(土)		逗子	
12月	1日(月)	○	逗子	11月1日～7日
	5日(金)	○	葉山	
1月	14日(水)	○	葉山	12月1日～7日
	19日(月)	○	逗子	
	28日(水)	○	逗子	
	31日(土)		葉山	
2月	8日(日)		市役所	平成27年 1月1日～7日
	19日(木)	○	逗子	
	23日(月)	○	葉山	
	27日(金)		逗子	

※場所の「逗子」は逗子市保健センター、「葉山」は葉山町保健センター、「市役所」は逗子市役所の略です。

平成26年度の特定健康診査・長寿健康診査・がん検診等

特定健康診査と長寿健康診査、がん検診等は年度に1回受診してください。受診の方法は集団と施設の二通りがあります。健診（検診）内容は表をご覧ください。 問合せ 保健センター ☎875-1275

種類	対象	内容	集団	施設
特定健康診査	葉山町国民健康保険加入者の40～74歳	身体測定、血圧測定、検尿、血液検査、診察 医師の判断により、心電図・眼底検査	1,500円	
長寿健康診査	75歳以上		無 料	
前立腺がん検診	40歳以上の男性	血液検査でPSA（前立腺がん特異抗原）を測定	1,000円	
胃がん検診	40歳以上	バリウムを飲み、集団検診は胃を8枚、施設検診は食道・胃を9枚撮影	1,000円	3,500円
乳がん視触診	20～39歳	視触診による検査	600円	900円
乳がん検診	40歳以上で偶数歳の人※1	視触診受診後、マンモグラフィー（乳房のレントゲン撮影）。 集団検診では同日保健センターで受診可能。40歳以上の人の視触診のみの受診はできません。	1,500円	2,200円
子宮がん検診（頸部）	20歳以上※2	子宮頸部の粘膜をとり顕微鏡で検査。施設検診では、必要に応じてコルポスコープ検査。*妊娠している人は施設検診で実施。	900円	1,700円
肺がん検診	40歳以上	胸部レントゲン撮影1枚 問診内容により痰の検査	700円	1,200円
大腸がん検診	40歳以上※3	検便により潜血反応を検査	500円	700円
骨粗しょう症検診	20歳以上	超音波によりかかとの骨の状態を検査	800円	
歯周疾患検診	40・50・60・70歳※4	口の中の状態を検査		500円
肝炎ウイルス検査	40歳	B型・C型肝炎の検査 ◎問診時に同意書をいただきます。	無 料	
	41歳以上で過去に同検診を受診していない人※5		1,200円	

※1は4月1日現在40歳の女性、※2は20歳の女性に「女性特有がんクーポン（無料）」を7月に送付予定です。※3は4月1日現在40・45・50・55・60歳の人に「大腸がんクーポン（無料）」を7月に送付予定です。※4は今年度中に40・50・60・70歳になる人に「500円受診券」を5月に送付予定です。※5は4月1日現在40・45・50・55・60歳の人に「無料受診券」を7月に送付予定です。