

いつまでも元気で暮らしたい！

健康情報

健康づくり教室

目指せ健康な身体でいつも元気に明るく！

日時 11月10日(火) 14時～16時

場所 湘南グリーン介護老人

保健施設 葉山

費用 無料

講師 理学療法士ほか

申込み・問合せ 電話かハガキかFA

Xで湘南グリーン介護老人保健施

設 葉山へ ☎87715660

FAX 87610012

練功十八法体験

日時 11月16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

シェイプアップ教室

簡単なエアロビクスとバランスポ
ールを行います！

日時 11月20日、27日、12月11日、
18日 すべて金曜 10時～11時

場所 保健センター

費用 2000円

持ち物 タオル、飲み物

申込み 町民健康課 ☎内線216

薬物乱用防止講演会

日時 11月18日(水) 14時～15時30分

場所 鎌倉商工会議所 地下ホール

講師 県麻薬等薬物相談員

山崎 健さん

定員 150人

申込み 11月13日(金)までに電話か

FA Xで鎌倉保健福祉事務所

☎046712413900

11月の相談や教室

アルコール教室(事前申込み制)

10日(火) 15時～17時

14時～15時は個別相談

らく楽の会(事前申込み制)

12日(木) 13時30分～15時

認知症相談(予約制)

12日(木) 9時～11時30分

17日(火) 13時30分～16時

妊婦さんの歯ぐきの検診(予約制)

16日(月) 10時30分から

こころの健康相談(予約制)

18日(水) 9時～11時30分

27日(金) 13時30分～16時

女性のための健康相談(予約制)

19日(木) 14時～16時

※場所はすべて鎌倉保健福祉事務所
です。詳しい内容は県HPへ。

☎046712413900

新規事業！
20歳から申請できる！

※今後さらに利用施設の拡大を目指します

葉山町健康増進施設利用料の助成

健康増進施設の利用にあたり利用料の一部を助成します。

助成対象 平成8年4月1日以降に生まれた人

助成内容 利用券300円を12枚発行

利用施設 すこやかん(横須賀市)・逗子アリーナ

申込み・問合せ 身分証明書と印鑑を持参し、町民健康課へ

☎内線218(1週間程度で郵送します)

健康診査で確認！ ～腎臓病～

血液をろ過する働きをつかさ
どる腎臓は、機能が低下しても
自覚症状が乏しく、一度低下した
機能は戻りません。健康診査を
受けたら、血液データの「クレア
チニン」を確認し、異常値の場合
には速やかに受診をしましょう。
また、高血圧や糖尿病は腎臓に
長期に負担をかけます。適切な
治療と食事・運動などの生活習
慣の改善をしましょう。栄養・
保健相談は、健康増進係(☎内線
218)まで。

平成27年度の集団健診（検診）

◆申込み方法

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：第2希望日は第1希望月以降の日程を書いてください）・希望検診名を記入し、申込み期限内に「〒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、逗葉地域医療センター内の専用ポストにお持ちください（土日祝を除く9時～17時）。電話やFAXでの申込みはできません。

※健診（検診）は、年度に1回受けることができます。
※先着順です。定員を超えた場合は、締切から1週間以内に逗葉地域医療センターより日程調整の連絡をします。

※検診10日前までに当日のご案内・検査容器・問診票などを送付します。

※75歳以上の集団検診は、葉山町保健センターのみです。

◆特定健康診査対象者

40歳から74歳までの葉山町国民健康保険加入者には、特定健康診査受診券・集団検診申込書・返信用封筒を郵送しています。紛失した人は、町民健康課へご相談ください。

◆集団健診（検診）日程・申込み期間

	日にち	曜日	子宮頸がん検診※1	実施場所	申込み期間 (消印有効)
平成27年	12月1日	火		逗子市保健センター	11月1日～7日
	12月4日	金		葉山町保健センター	
平成28年	1月14日	木	○	逗子市保健センター	12月1日～7日
	1月23日	土	○	葉山町保健センター	
	1月27日	水	○	逗子市保健センター	
	2月7日	日		逗子市役所※2	平成28年1月1日～7日
	2月10日	水		葉山町保健センター	
	2月18日	木	○	逗子市保健センター	
	2月22日	月	○	葉山町保健センター	
2月26日	金		逗子市保健センター		

※1 子宮頸がん検診は、「○」のついた日のみ実施しています。他の検診については、「各種健診（検診）内容」の集団の欄にあるもの全て実施しています。

※2 2月7日のみ、逗子市役所（電話：046-873-1111）にて実施します。この日は、乳がん・子宮がん検診はありません。

問合せ

- ・集団健診（検診）申込み後の問合せは 逗葉地域医療センター 電話：873-7752
- ・集団健診（検診）の当日キャンセルは 葉山町保健センター 電話：875-1275

特定健康診査・がん検診等のご案内

健診（検診）名	対象	内容	負担金額	
			集団	施設
特定健康診査	葉山町国民健康保険加入者の40歳～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 (対象者には、受診・申込セットが4月に郵送されています) ※長寿健康診査は、70歳から74歳までで一定の条件に該当する人も含まれます。	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	バリウムを飲んだ後、撮影を行います。 集団検診は胃を8枚撮影。施設検診は食道・胃を9枚撮影。	1,000円	3,500円
胃がんリスク検診	40歳以上	血液検査で胃がんにかかる危険度を判定 (注) 胃がんを見つける検診ではありません。		1,500円
乳がん視触診検診	20～39歳の女性	視触診による検査	600円	900円
乳がん検診	40歳以上偶数歳の女性 (2年に1回) ※1	視触診受診後マンモグラフィ（乳房のレントゲン撮影）を実施。集団検診では同日保健センターで受診できます。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歳以上の女性 ※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を1枚実施。 問診の内容によって痰の検査を実施。	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。	800円	800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	希望する対象者にB型・C型肝炎の検査をします。◎問診時に同意書をいただきます。	無料	
	41歳以上で過去に肝炎ウイルス検診を受診していない人 ※5	希望する対象者にB型・C型肝炎の検査をします。◎問診時に同意書をいただきます。	1,200円	

※1 今年度に40・41歳に達する人に、無料受診券を送付しています。

※2 今年度に20・21歳に達する人に、無料受診券を送付しています。

※3 今年4月1日現在で40・45・50・55・60歳に達している人に、大腸がんクーポン（無料）を送付しています。

※4 今年度に40・50・60・70歳に達する人に受診券を4月に送付しています。

※5 今年4月1日現在で40・45・50・55・60歳に達し、今まで肝炎ウイルス検査を町で検査していない人に、無料受診券を送付しています。

☆施設検診は、医療機関に直接お申し込みください。（一覧は7月号をご覧ください。）