

いつまでも元気で暮らしたい！



健康情報

練功十八法体験

日時 2月15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

お口の若返り教室

飲み込みづらい、発音しづらいなど感じることはありませんか？
□ 腔機能を改善する教室を開催します。

日時 2月25日(木)

10時～11時30分

場所 保健センター

内容 言語聴覚士による講話

お口の健康体操など

申込み 町民健康課 ☎内線216

食品衛生責任者講習会

平成27年4月以降に講習会を受講していない食品衛生責任者が対象です。

日時 2月22日(月)

14時～15時30分

※受付13時30分から

場所 逗子市商工会館

定員 180人(先着順・申込み不要)

問合せ 鎌倉保健福祉事務所

食品衛生課(内線273)

☎ 046712413900

2月の相談や教室

こころの健康相談(予約制)

4日(木)9時～11時30分

9日(火)、26日(金)

13時30分～16時

らく楽の会(事前申込み制)

難病患者と家族の情報交換会

12日(金)13時30分～15時

認知症相談(予約制)

ケースワーカーと保健師による電話相談・面接相談は随時実施しています。

16日(火)13時30分～16時

です。

女性のための健康相談(予約制)

婦人科疾患や月経異常、不妊など

心身の健康について、18日は女性の

産婦人科医師、25日は女性心理カウンセラーが相談に応じます(保健師

による電話相談は随時実施)。

アルコール教室(事前申込み制)

18日、25日(木)14時～16時

エイズの相談・即日検査(予約制)

19日(金)15時～17時

匿名で受けることができます。

肝炎ウイルス検査(予約制)

25日(木)13時15分～15時

39歳以下を対象に、B型・C型肝炎

炎ウイルス検査を実施します。

25日(木)15時15分～15時45分

※場所の記載がないものは鎌倉保健福祉事務所です。

※この他、禁煙相談や薬物乱用問題

の相談などは随時実施しています。

詳しくは県HPをご覧ください。

い。

問合せ 鎌倉保健福祉事務所

☎ 046712413900



貯筋（ちょきん）体操講演会

いつまでも元気で自立した生活を送るためには、ある程度の筋力や持久力が必要です。特に足の筋力は生活の質を保つために重要で、お金と同様に筋力にも「貯筋」があるといざという時の「ゆとり」になります。

器具を使わない運動で貯筋することを提唱されている鹿屋体育大学の学長先生をお招きしての講演会です。

あなたも「貯筋」してみませんか？

日時 3月4日(金)15時～17時
場所 保育園・教育総合センター
 2階 会議室
内容 貯筋体操についての講演と簡単な実技
講師 福永哲夫さん
 (国立鹿屋体育大学 学長)
対象 どなたでもご参加ください
 (申込み不要)
問合せ 町民健康課 ☎内線217

平成27年度の特定健康診査・長寿健康診査・がん検診等

特定健康診査や長寿健康診査、がん検診は、集団検診・施設検診のいずれかで年度に1回受診していただくものです。今年度のがん検診（集団検診）の受付は終了しましたが、医療機関で受ける施設検診は3月31日まで受けられます。

また、葉山町国民健康保険加入で特定健康診査をまだ受けていない人、75歳以上でまだ長寿健康診査を受けていない人は、2月29日までに委託医療機関で受診してください。委託医療機関については、町民健康課までお問い合わせください。

問合せ 町民健康課 ☎内線218

健診（検診）名	対象	内容	負担金額 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。	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	900円
乳がん検診	40歳以上偶数歳の女性 (2年に1回)	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。	2,200円
子宮がん検診 (頸部)	20歳以上の女性	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ピー検査。(妊娠している人は施設検診で実施)	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。	1,200円 800円
大腸がん検診	40歳以上	検便により潜血反応を検査。	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。	
歯周疾患検診	40・50・60・70歳 ※1	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 ※2	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・50・60・70歳に達する人に受診券を4月に送付しています。

※2 昨年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。)