

がんは早期発見すれば90%以上が治ります

## 胃・前立腺・大腸・乳・子宮頸がん検診を実施



【検診日】6月25日(日)

【検診場所】井田公民館

### ◆事前予約が必要です

検診内容	受付時間	定員	料金
<b>◆胃がん</b> *前夜9時以降は何も食事をしないでください(水、お茶は飲んでかまいません) *当日の朝は、水、お茶100mlまで飲用可能	午前8時30分～10時	計40人	40歳～69歳…500円 40歳未満…1,400円
<b>◆前立腺がん</b> *採血による検査です	午前8時30分～10時	計50人	40歳～69歳…500円
<b>◆大腸がん</b> *2日分の便を提出してください。(容器を送付します) *便秘薬を使用されても検診は可能です	午前8時30分～10時 午後1時30分～3時	なし	20歳～69歳…200円
<b>◆乳がん(マンモグラフィ検査)</b> *マンモグラフィ検査は40歳以上の方が対象です *バスタオルを持参してください	午前9時～11時 午後1時30分～3時	計37人 計37人	40歳～69歳…1,500円
<b>◆子宮頸がん</b> *子宮入り口部分にできる「子宮頸がん」を採取器具で細胞をこすり取って調べます	午後1時30分～3時	計50人	20歳～69歳…500円 20歳未満…1,000円

- ※ 町が行う各がん検診の受診回数は、1人あたり年1回とさせていただきます(予約が必要です)。
- ※ 胃に病気がある方や、過去に胃の手術を受けた方は、集団検診は控え、医療機関にご相談ください。
- ※ 乳がん・子宮頸がん検診は、指定の医療機関でも受診することができます。ぜひご利用ください。
- ※ ペースメーカー、シリコンなどの人工物が入っている方はマンモグラフィ検査はお控えください。

70歳以上の方は  
全ての検診が無料

▶詳しくは、役場みらい健康課(☎33-0355)までお問い合わせください。



子どもたちが描いた灯ろうが会場を彩る

## ほたる灯ろう展を開催します

ほたるを守る会では、ほたるを通して自然保護への関心を高めてもらうため、次のとおり「ほたる灯ろう展」を開催します。子どもたちが描いたたくさんの灯ろうが、会場を幻想的に彩るほか、ほたる夢太鼓による太鼓演奏なども行われます。ぜひご来場ください。

【日時】6月3日(土) 午後6時30分から  
※雨天順延。4日も雨天の場合は、田代体育館で行います。

【場所】ふるさと資料館前広場

▶詳しくは、ほたるを守る会事務局(企画調整課内: ☎33-0334)までお問い合わせください。

健康づくりに取り組んで、健康と商品をゲット

## 「みらい健康マイレージ」を実施



町では町民の健康づくりを応援するため、今年度も「みらい健康マイレージ事業」を実施します。健康づくりに取り組み、ポイントを貯めて、健康とステキな賞品を手に入れませんか。

【対象】20歳以上の町民

【実施期間】5月8日(月)～令和6年3月15日(金)

### 1 ポイントカードを手に入れよう

役場みらい健康課窓口、または各対象事業の会場にてカードをお渡ししています。

### 2 スタンプを貯めよう

#### ①実践ポイント(必須)

ご自身で健康に関する目標を立て、実践してもらいます。ポイントカードに実践できた日付を記入し、20日間達成できたらスタンプ1個獲得です。

#### ②健診(検診)ポイント

健康診査やがん検診、歯科健診を受診することで、1つにつきスタンプ1個がもらえます。

#### ③参加ポイント

右記にある事業をはじめとした健康イベントや健康づくり教室などの対象事業に参加すると、1事業ごとにスタンプ1個がもらえます。

### 対象事業の一例



対象事業は「みらいちゃん」が目印です。

#### イベント

- ・みなとフェスティバル
- ・みらい健康課コーナー
- ・健康づくりウォーキング

#### 介護予防事業

- ・貯筋運動
- ・いきいき百歳体操

#### 健康づくり教室

- ・生活習慣病予防教室
- ・楽しく踊って体すっきり教室

#### その他

- ・健康相談・保健指導
- ・みらい健康マイレージ歩数記録表の提出
- ・紀宝スポーツクラブ入会

### 3 特典を受けよう

スタンプが5個貯まったら、下記の特典が当たる抽選に応募できます。ポイントカードに必要事項を記入し、役場みらい健康課窓口にて持参または、郵送してください。

※1人で何回でも応募できます。

【応募締切】令和6年3月15日(金) ※当日消印有効

#### 【当選発表】

厳正なる抽選のうえ、当選者を決定し、当選の通知をもって発表にかえさせていただきます。

▶詳しくは、役場みらい健康課(☎33-0355)までお問い合わせください。

### 特典① 総勢約250名に豪華賞品が当たる!

<b>A</b>  空気清浄機 <b>2名</b>	<b>B</b>  ミニフィットネスバイク <b>3名</b>	<b>C</b>  BALANCE FITNESS GYM パーソナルトレーニング 60分×3回分無料券 <b>10名</b>
---------------------------------	---------------------------------------	---

- D QUOカード1万円分(5名)
- E 飛雪の滝キャンプ場宿泊利用券1万円分(5名)
- F ウミガメ公園商品券5千円分(10名)
- G 飛雪米5kg(20名)
- W チャンス オリジナルスポーツタオル(200名)

### 特典② 応募者全員にプレゼント!

#### 三重とこわか健康応援カード



協力店でカードを提示すると、さまざまなサービスを受けられます。  
※応募者本人に対し、年間1枚の発行です。