

# 平成20年度 集団健診・個別健診のご案内

●「個別健診」の対象が75歳以上の人に変更になります。

20年度から、75歳以上の健康診査は「栃木県後期高齢者医療広域連合」が実施主体に変わります。

それに伴い、これまでは70歳以上の人を対象に「老人健診」を実施していましたが、20年度からは75歳以上の人を対象に「個別健診」を実施します。実施時期は、平成20年7月から12月までで、町内の指定医療機関にて受診できます。(無料)

対象の人には、6月下旬頃に案内通知をお送りします。

子宮がん検診を除く74歳以下の個別健診は、実施しませんので、集団健診をご利用ください。

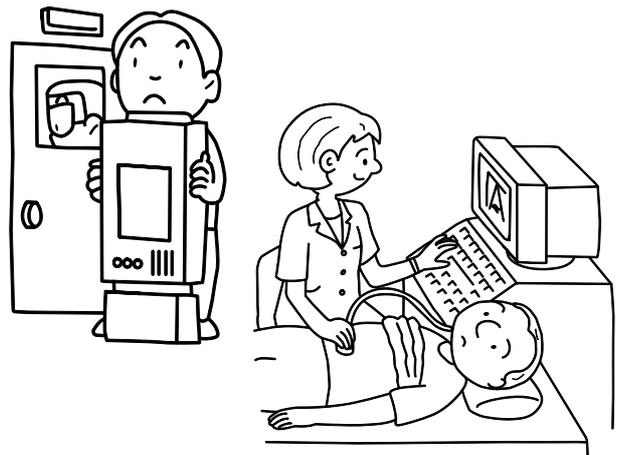
## ●平成20年度 集団健診日程

	日にち	場 所	健診機関	定員
1	7月28日(月)	上三川いきいきプラザ	事業団	150
2	7月30日(水)	上三川いきいきプラザ	事業団	150
3	7月31日(木)	上三川いきいきプラザ	事業団	150
4	8月2日(土)	上三川いきいきプラザ	事業団	150
5	8月7日(木)	上三川いきいきプラザ	厚生連	150
6	8月11日(月)	上三川いきいきプラザ	厚生連	150
7	8月26日(火)	上三川いきいきプラザ	北斗会	150
8	8月28日(木)	上三川いきいきプラザ	北斗会	150
9	8月30日(土)	上三川いきいきプラザ	北斗会	150
10	8月31日(日)	上三川いきいきプラザ	北斗会	150
11	9月28日(日)	上三川いきいきプラザ	事業団	150
12	10月3日(金)	改 善 セ ン タ ー	事業団	80
13	10月5日(日)	上三川いきいきプラザ	事業団	150
14	10月6日(月)	多功コミュニティセンター	事業団	80
15	10月8日(水)	上三川いきいきプラザ	事業団	150
16	11月15日(土)	上三川いきいきプラザ	北斗会	150
17	11月16日(日)	上三川いきいきプラザ	北斗会	150
18	11月18日(火)	上三川いきいきプラザ	北斗会	150
19	11月20日(木)	上三川いきいきプラザ	北斗会	150
20	11月22日(土)	上三川いきいきプラザ	北斗会	150

女性の日です

## ●集団健診項目

健 診 項 目		対象年齢※	健診料金
特 定 健 診		40~74歳	600円
健 康 診 査		75歳以上	無料
生 活 機 能 評 価		65歳以上	無料
胃 が ん 検 診		40歳以上	800円
大 腸 が ん 検 診		40歳以上	300円
肺 が ん 検 診		40歳以上	200円
前 立 腺 が ん 検 診		50歳以上男性	300円
乳がん検診	超音波のみ	30~39歳女性	400円
	超音波及びマンモグラフィ	40歳以上女性	1,000円
子宮がん検診	頸 部	20歳以上女性	700円
骨 粗 鬆 症 検 診		40・45・50・55・60・65・70歳の女性(節目検診)	300円
肝炎ウイルス検 診	B型のみ	40歳の節目検診	無料
	C型のみ	41歳以上の未受診者	400円
	B型+C型		500円



集団健診の案内および申込書については、5月中旬頃に対象者のいる世帯ごとに郵送でお送りします。

※対象年齢は平成21年3月31日時点での年齢です。

※すべての日程において上記の健診項目が受診できます。(ただし、女性の日には前立腺がん検診は実施しません)

※健診料金は、健診当日に受付にてお支払いください。

※いちご部会、トマト部会、みどり会などの対象の人には、JAより申込案内が届きます。直接JAにお申し込みください。

# たばこについて考えよう！

5月31日～6月6日は禁煙週間です

体に悪いと知っていながらなかなかやめられない習慣、それが喫煙です。やめられない理由は、本人の意思の問題ではなく、ニコチン依存が原因です。ニコチンはたばこの煙の中に含まれ、その依存性はヘロインやコカインなどの麻薬と同じ程度と言われています。



## ●たばこの中身を 知っていますか？

1本のたばこの中には約4,000種類の科学物質が含まれており、200種類以上は有害物質です。たばこに含まれる主な有害物質は、ニコチン・タール・一酸化炭素などがあ

## ●禁煙が大切

今まで長くたばこを吸ってきたから、今さら遅い、手遅れと思ってしまうせんか。禁煙すれば、その日から肺がんや心筋こうそくで死亡する危険率が、徐々に低下します。肺がんのリスクは、だいたい10年で非喫煙者のレベルまで下がると言われています。

## ●たばこの害はあなただけでは ありません～副流煙の害～

たばこの害は、喫煙者が吸う主流煙より、灰皿に置かれたたばこから出てくる副流煙の中に、健康を害する成分が多く含まれています。副流煙には主流煙の2.8倍のニコチン、3.4倍のタール、4.7倍の一酸化炭素が含まれているという報告もあります。

喫煙者の人は、身の回りの家族や周囲の人にもたばこを吸っている環境を作っているということを知ることが必要があります。

## ～たばこをやめたいけど どうしたらよいの？～

町では、禁煙を希望する人に、健康相談を実施しています。禁煙のための具体的なノウハウを紹介したり、禁煙に踏み出せるような手助けを行っています。相談希望のある人は、左記までご連絡ください。

### ▼申し込み・問い合わせ先

健康福祉課 健康増進係

☎ 91332 FAX 7493

## ごみの分け方・出し方について

### ●クリーンパーク茂原で 扱えない資源物

びん・缶・ペットボトル以外の資源物（紙類・布類）は、クリーンパーク茂原では処理できませんので、清掃工場へ直接持ち込まず、ごみステーションに出すようお願いいたします。

布類のうち、わたの入った物や汚れ物は、燃やせるごみとしてステーションに出してください。燃やせるごみとして布類を出す場合は、他の燃やせるごみに混ぜて出してください。

その他の布類については、資源物としてステーションに出すか、自治会や育成会などで行っている廃品回収等に出してください。



### ●せん定枝等の出し方

せん定した木の枝は、50cm以下の長さに切り、ステーションにポリ袋に入れて出すか、ひもでしばって出してください。（直径10cm以上のものや、木の根、シユロの木は処理できません）また、大量に排出する場合は、数回に分けて出すようにしてください。

クリーンパーク茂原への直接持ち込みは、1日1回、1トトラック1台分まで可能です。大量に排出する場合は、数日に分けて持ち込んでください。

### ●連休期間中のごみ収集・ し尿汲み取りの休日

ごみ収集・し尿汲み取り  
カレンダーどおりの休日となります。

※ただし、可燃ごみについては祝日も収集します。

### ・クリーンパーク茂原

日曜日および、土曜日と祝日が重なった日が休日となります。

### ▼問い合わせ先

住民生活課 生活環境係

☎ 91331

クリーンパーク茂原

☎ 028(654)0018

・し尿

(株)栃南産業

☎ 5557