

基本健康診査を受けましょう

10~12月生まれの方の申込受付が始まります

基本健康診査（一般健康診査・若年健康診査・成人歯科健康診査・特別精密健康診査）は、誕生月によって受診期間が分かれています。

10~12月生まれの方の申し込み受付を9月17日（火）から開始します（受診期間は10月1日（火）~12月28日（木）。9月下旬に受診票などを送付）。

なお、今年度から5年間にわたり、各年度において40・45・50・55・60・65・70歳になる方は、希望により肝臓検査（B・C型）を受けることができます（血液検査の1項目として行います）。該当の方は受診票に同封されている案内文をご覧ください。

▶総合保健センター ☎46-3254へ申し込む。
◆次の方には9月下旬に市から受診票を直接お送りします（申し込みは不要です）

- ①今年度40・50・60歳になる方（特別精密健康診査対象）
- ②今年度45・55・65・70歳になる方（一般健康診査対象）

健康診査（肝臓検査含む）対象）
③前記以外の41歳以上で三鷹市国民健康保険加入の方と、66歳以上の方（一般健康診査対象）

生活習慣改善・歯周疾患改善指導の個別指導が受けられます

◆生活習慣改善指導 基本健康診査の糖尿病検査で「要指導」とされた40歳以上の方が対象。健診を受けた医療機関で、希望により6カ月間に3回の個別指導と1回の医学的検査を受けられます。

◆歯周疾患改善指導 特別精密健康診査（40歳・50歳で受診）の歯周疾患検査で「指導が必要」とされた方が対象。健診を受けた歯科医療機関で、希望により4カ月に3回の個別指導が受けられます。

前立腺は、膀胱の出口の部分に尿道を取り囲むように存在する、男性にだけ見られる臓器です。高齢の男性では、この前立腺が大きくなる。前立腺肥大症という病名があります。これは尿道に接した部分の前立腺が大きくなり、尿道を圧迫することによって、尿が出てくなくなったり、残尿感や頻尿をもたらす病気です。

一方前立腺にもがんが発生します。前立腺がんは尿道から近い部分の前立腺に起こることが多く、前立腺肥大症の合併がなければ、早期から症状が出ることはありません。そのため前立腺がんの早期発見には検査が重要になります。

前立腺がん

が重要になります。実際検査で発見された前立腺がんの患者さんは、何らかの症状があつて病院にかかってくる。前立腺がんが発見された患者さんよりも、早期発見の割合が多く、根治的な治療が行われる頻度が高いといわれています。

採血で調べます。前立腺特異抗原は前立腺の細胞で作られ、前立腺ががんでは血液中の濃度が高くなります。触診所見や前立腺特異抗原から前立腺がんが疑われたら、前立腺がん検査を行います。すなわち前立腺がん検査による前立腺がんの発見率は約70%で、これは肺がん検査や大腸がん検査で高い値です。

50歳以上の男性は、排尿障害などの症状が全くなく、定期的な前立腺がん検査を受けることをお勧めします。三鷹市医師会

30~64歳の女性の方に

秋の骨粗しょう症健診

骨折を起こしやすい骨粗しょう症は、年齢や遺伝的要因とともに、生活習慣も大きく影響するといわれており、早期から年齢に応じた予防対策が必要です。

この健診は結果にもとづいて指導を行う2日間のコースです。自分の骨が今どんな状態か、どんな予防を始めたらいかがかを知らせてあげたいという方を対象に、生活習慣も大きく影響するといわれており、早期から年齢に応じた予防対策が必要です。

コース名	日程	
	1日目(検査)	2日目(結果)
Cコース	10月21日(月) 午後1時~3時の間で指定する時間	10月30日(月) 午後1時30分から(終了時間は判定結果により異なります。受付は1時10分から)
Dコース	10月22日(火) 午後1時~3時の間で指定する時間	10月31日(月) 午後1時30分から(終了時間は判定結果により異なります。受付は1時10分から)

予備軍は「大勢います。今から丈夫な骨を作っておき、将来に備えましょう。家庭でできる簡単な体操の紹介もあつて、対象は20~40歳の女性、3歳以下の保育（先着15人）です。

市民健康講座
「抱っこでGO」
おんぶ・抱っこでウォーキング
対象は、市内在住の生後6カ月~1歳3カ月の赤ちゃんとその親。

市民公開講座
「乳がんはこわくない」
近年増加しつつある乳がんの診断・治療・検査についてわかりやすく講演します。

市民健康講座
「抱っこでGO」
おんぶ・抱っこでウォーキング
対象は、市内在住の生後6カ月~1歳3カ月の赤ちゃんとその親。

市民健康講座
「若い骨を応援します」
今からコロンブス貯めまじょう
若くしにも骨粗しょう症を防ぐには高い値です。

50歳以上の男性対象
前立腺がん検査
に検査を受けることをお勧めします。対象は市内在住の50歳以上の男性。

市民健康講座
「抱っこでGO」
おんぶ・抱っこでウォーキング
対象は、市内在住の生後6カ月~1歳3カ月の赤ちゃんとその親。

市民公開講座
「乳がんはこわくない」
近年増加しつつある乳がんの診断・治療・検査についてわかりやすく講演します。

市民健康講座
「抱っこでGO」
おんぶ・抱っこでウォーキング
対象は、市内在住の生後6カ月~1歳3カ月の赤ちゃんとその親。

市民健康講座
「若い骨を応援します」
今からコロンブス貯めまじょう
若くしにも骨粗しょう症を防ぐには高い値です。

50歳以上の男性対象
前立腺がん検査
に検査を受けることをお勧めします。対象は市内在住の50歳以上の男性。

市民健康講座
「抱っこでGO」
おんぶ・抱っこでウォーキング
対象は、市内在住の生後6カ月~1歳3カ月の赤ちゃんとその親。

市民公開講座
「乳がんはこわくない」
近年増加しつつある乳がんの診断・治療・検査についてわかりやすく講演します。

市民健康講座

「抱っこでGO」
おんぶ・抱っこでウォーキング
対象は、市内在住の生後6カ月~1歳3カ月の赤ちゃんとその親。

市民公開講座
「乳がんはこわくない」
近年増加しつつある乳がんの診断・治療・検査についてわかりやすく講演します。

市民健康講座
「抱っこでGO」
おんぶ・抱っこでウォーキング
対象は、市内在住の生後6カ月~1歳3カ月の赤ちゃんとその親。

市民健康講座
「抱っこでGO」
おんぶ・抱っこでウォーキング
対象は、市内在住の生後6カ月~1歳3カ月の赤ちゃんとその親。

市民健康講座
「抱っこでGO」
おんぶ・抱っこでウォーキング
対象は、市内在住の生後6カ月~1歳3カ月の赤ちゃんとその親。