

# 40歳以上の方を対象に 肺がん検診

◆対象 40歳以上（昭和38年4月1日以の生まれ）の市民で次のいずれかに該当する方。①せき、たんが1カ月以上続いている。②最近、血たんがでる。③喫煙歴10年以上。④粉じんの職業に従事している。

◆検診 6月1日(土)～15日(木)、市内協賛医療機関で。検査項目は、①胸部レントゲン直接撮影、②喀痰細胞診

▶4月26日(金)（消印有効）までに、はがきに「肺がん検診希望」・住所・氏名・生年月日（年齢）・電話番号・性別・該当する条件番号を記入し「〒181-0004新川6-35-28三鷹市総合保健センター」へ申し込む（窓口も可）。定員260人（定員を超えた場合は抽選）。

⇒同センター ☎46-3254

実施日	会場
5月31日(金)	新中C.C
6月1日(土)	新中C.C
6月3日(月)	井口C.C
6月4日(火)	大沢C.C
6月6日(木)	牟礼C.C
6月7日(金)	牟礼C.C
6月8日(土)	牟礼C.C
6月10日(月)	総合保健センター
6月11日(火)	
6月12日(水)	
6月13日(木)	
6月14日(金)	
6月15日(土)	6月15日(土)

※C.Cはコミュニティセンター

## 30歳以上の方を対象に 春の胃集団検診

対象は30歳以上（昭和48年4月1日以前生まれ）の市民の方。ただし、①妊娠中および妊娠の疑いのある方、②胃腸疾患で治療中の方は受診できません。

◆日程・会場 別表のとおり。時間はいずれも午前8時～11時。

▶4月26日(金)（消印有効）までに、はがきに「胃腸検診希望」・住所・氏名・生年月日・年齢・性別・電話番号、第2希望日と会場名を記入し「〒181-0004新川6-35-28総合保健センター」へ申し込む（窓口も可）。

### 30歳以上の女性対象に 乳がん・子宮がん検診

対象は30歳以上（昭和48年4月1日以前生まれ）の女性市民の方。

◆乳がん検診 6月1日(土)～29日(日)、市内協賛医療機関で。定員1,000人。

◆子宮がん検診 6月1日(土)～29日(日)、市内協賛医療機関で。定員1,500人。

▶4月26日(金)（消印有効）までに、はがきに「乳がん検診希望」・住所・氏名・生年月日・年齢・性別・電話番号、第2希望日と会場名を記入し「〒181-0004新川6-35-28総合保健センター」へ申し込む（窓口も可）。

### 歯の衛生週間

「愛歯のつとめ」講演会。歯はなぜあつたのか？

あなただけの歯み合わせは大丈夫ですか？ 噛み合わせの影響と対策について。

▶6月8日(日)午後2時から、三鷹産業プラザ7階会議室。講師は歯学博士の加藤元彦さん。

◆当日、直接会場へ、先着20人に記念品贈呈。

### 育児学級

対象は2歳3カ月月の赤ちゃんとその保護者。お友だちと情報交換をしてみませんか？

▶6月1日(土)午後9時30分～11時。総合保健センター1階。定員30組。

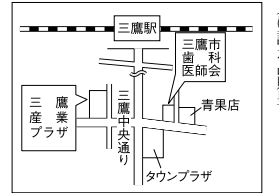
### 三鷹武蔵野保健所

夜間精神保健電話相談のご案内  
このところの悩みや問題について、保健師が夜間に電話による相談をお受けしています。

◆受付時間 平日午後5時30分～8時  
◆受付専用電話 ☎54-2162

土曜日サービスのご案内  
毎月、第1土曜日（祝日の場合は第2土曜日）に保健師による健康相談、医療費助成申請、食品衛生、環境衛生、医事、薬事の申請受付を行っています。

◆受付時間 午前9時～午後5時  
くわしくは同保健所 ☎54-2161へ。



◆精神保健相談  
専門医と保健師による個別相談を行います。

◆一般精神保健相談 5月14日(日)、16日(月)、20日(木)、21日(金)。眠れない、何もしたくない、家に閉じこもりがち、人と接するのがつらいなど。

◆老人保健相談 5月13日(日)。お年寄りの心の問題や行動の変化など。

## 40歳以上の方の 基本健康診査受付中

市の基本健康診査（一般健康診査・若年健康診査・成人歯科健康診査・特別精査健康診査）は、生年月日によって受診期間が分かれています。

▶6月14日(金)まで、総合保健センター ☎46-3254へ。直接または電話で申し込む。受付は6月29日(木)まで。

※4～6月生まれの方で、

この調査は、厚生労働省の依頼により保健師が毎年実施するものです。調査対象世帯には4月下旬に調査員が伺い、説明と指針を渡し、後日聞き取りの調査を行います。調査員が訪問する際にはご協力をお願いします。

◆調査日 6月6日(木)～7月18日(木)

◆府中小金井保健所計画調整 ☎2-23334

テーピングの正しい方法とは、人体の解剖学的な構造を理解して、外傷を正しく診断し、テーピングを規則正しく使用する点である。

また整形外科の領域で、古くから用いられている絆創膏固定術とはほとんど同じ考えですが、テーピングはさらに運動時の外傷や障害の再発予防する目的もあり、整形外科には間違っただけのテーピングをされた患者さんがよく来ます。例を挙げますと、骨折したレントゲン撮影され、テーピング固定された指の指骨が折れた場合、現場の指導者によっては間違った固定法でクルクル巻きにされ、血行障害を起こしている方、自分勝手に意味をなさない固定法をしている方、ほかの指などに傷害部位と関係ない場所に、治療効果の不明なテープを貼っている方がいます。

①練習や試合前にアメリカン、サッカーなど、ラグビー、サッカーなど、運動前にテーピングを行って、テーピングの効果を、関節や筋肉の動きを任意に制限し、損傷部位や損傷した部位の安定性を高めること。特に競技スポーツでの目的としては、あらかじめ予想される外傷の予防と、救急時の患部の安静と保持です。

②練習や試合前にアメリカン、サッカーなど、ラグビー、サッカーなど、運動前にテーピングを行って、テーピングの効果を、関節や筋肉の動きを任意に制限し、損傷部位や損傷した部位の安定性を高めること。特に競技スポーツでの目的としては、あらかじめ予想される外傷の予防と、救急時の患部の安静と保持です。

テーピングの正しい方法とは、人体の解剖学的な構造を理解して、外傷を正しく診断し、テーピングを規則正しく使用する点である。

また整形外科の領域で、古くから用いられている絆創膏固定術とはほとんど同じ考えですが、テーピングはさらに運動時の外傷や障害の再発予防する目的もあり、整形外科には間違っただけのテーピングをされた患者さんがよく来ます。例を挙げますと、骨折したレントゲン撮影され、テーピング固定された指の指骨が折れた場合、現場の指導者によっては間違った固定法でクルクル巻きにされ、血行障害を起こしている方、自分勝手に意味をなさない固定法をしている方、ほかの指などに傷害部位と関係ない場所に、治療効果の不明なテープを貼っている方がいます。

①練習や試合前にアメリカン、サッカーなど、ラグビー、サッカーなど、運動前にテーピングを行って、テーピングの効果を、関節や筋肉の動きを任意に制限し、損傷部位や損傷した部位の安定性を高めること。特に競技スポーツでの目的としては、あらかじめ予想される外傷の予防と、救急時の患部の安静と保持です。

弱してしまうので、アメリカン、サッカーなど、ラグビー、サッカーなど、運動前にテーピングを行って、テーピングの効果を、関節や筋肉の動きを任意に制限し、損傷部位や損傷した部位の安定性を高めること。特に競技スポーツでの目的としては、あらかじめ予想される外傷の予防と、救急時の患部の安静と保持です。

②練習や試合前にアメリカン、サッカーなど、ラグビー、サッカーなど、運動前にテーピングを行って、テーピングの効果を、関節や筋肉の動きを任意に制限し、損傷部位や損傷した部位の安定性を高めること。特に競技スポーツでの目的としては、あらかじめ予想される外傷の予防と、救急時の患部の安静と保持です。

③練習や試合前にアメリカン、サッカーなど、ラグビー、サッカーなど、運動前にテーピングを行って、テーピングの効果を、関節や筋肉の動きを任意に制限し、損傷部位や損傷した部位の安定性を高めること。特に競技スポーツでの目的としては、あらかじめ予想される外傷の予防と、救急時の患部の安静と保持です。