

早期発見につながる 「がん検診」の予約はお早めに

がんは日本人の死因の1位です。早期発見・早期治療すれば80～90%治ります。検診を受けましょう！

☎ 健康推進課 (☎55-2010)

大腸がん検診

初期症状では、お腹の痛みや違和感はありません。症状が進行すると腫瘍による便秘や出血が現れます。定期的に検査することで早期発見につながります。

対象 40歳以上
費用 5000円

乳がん検診（2年に一度）

40歳後半から50歳代までの方に多いがんです。検診と日頃からの乳房を意識する生活習慣が大切です。

対象 40歳以上
費用 千円

胃がん検診

50歳から患者数が大幅に増加します。胸やけや吐き気といった症状もちょっとした体調不良と理解して見過ごしがちです。

▽バリウム検査
対象 50歳以上
費用 7000円

▽内視鏡検査
対象 50歳～74歳
費用 4千円

受診方法

①会場と内容、検診日を選ぶ

▼ききよの丘健診プラザ
内容 胃がん検診（バリウム検査、乳がん検診、大腸がん検診）

期日 12月19日（金）までの月～金
※平日のみの実施
※大腸がん検診のみの受診はできません。

▼保健センター

内容 胃がん検診（バリウム検査、乳がん検診、大腸がん検診）

日時 9月29日（月）、10月18日（土）、31日（金）
午前8時30分～11時15分、午後1時～3時30分

※31日は午前のみ行います。
※午後と土曜日は、胃がん検診を実施していません。

内容 胃がん検診（内視鏡検査）

日時 11月21日（金）午前8時30分～午後1時30分
11月22日（土）午前8時30分～午後1時

※21日は大腸がん検診の提出も可能です。

②検診会場に電話で予約する

・保健センター ☎55-2010
・ききよの丘健診プラザ ☎56-0115

③受診する

持ち物 受診券、費用

※受診券をお持ちでない方は、健康推進課までご連絡ください。

子宮頸がん検診（2年に一度）

り患者数は、20歳代後半から増加します。初期症状がないため、検診を受けないと見つけづらいがんです。

対象 20歳以上
費用 千円

前立腺がん検診

り患者数は50歳から増え始め、60歳代で急激に増加します。

対象 50歳以上
費用 5000円

受診方法

①指定医療機関に予約する。

②受診する

持ち物 受診券、費用

※受診券をお持ちでない方は、健康推進課までご連絡ください。

がん検診の詳細は、市ホームページ（HP1004809）をご確認ください。



ヘルシークッキング

野菜摂取量を増やすコツや野菜をたくさん使った調理実習を行います。

対象 市民の方ならどなたでも
日時 10月9日（木）、14日（火）、15日（水）午前10時～午後1時
場所 保健センター
定員 各日20人（先着順）
費用 300円
持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具

☎・☎ 各期日の1週間前までに健康推進課（☎55-2010）へお申し込みください。

10月10日は「目の愛護デー」 目を使い過ぎていませんか？

「なんとなく見えづらい…」スマホを見過ぎていませんか？“年齢のせい”と軽くみていませんか？40歳を過ぎたらアイフレイルの自己点検をし、気になることがあれば医療機関を受診しましょう。

アイフレイルの点検項目は市ホームページ（HP1006022）をご確認ください。

☎ 健康推進課（☎55-2010）

9月24日～30日は 結核・呼吸器感染症予防週間

「結核を疑う」
せき・たんが2週間以上続いたり、微熱や体のだるさが続く場合は、早めに医療機関を受診しましょう。

「身近な呼吸器感染症の予防」
換気、手洗い・手指消毒などの基本的な感染対策が有効です。また、感染予防としてマスクの着用が効果的です。

☎ 健康推進課（☎55-2010）

新しい道路「陶元浅野線」 ×ノルディックウォーキング

「陶元浅野線」の完成を記念し、ノルディックウォーキングで新しい道路を歩きませんか？歩き方やポールの使い方は土岐市スポーツ推進委員のみなさんがやさしく教えます。

またとないこの機会に、ぜひご参加ください！

日時 11月2日（日）午前9時30分～
場所 陶元浅野線
※集合場所は申し込み後にお知らせします。
コース ロングコース：6km、ショートコース：4km
定員 50人（先着順）
参加費 無料
申し込み 電話、メールで必要事項をご連絡いただくか、申込フォームでお申し込みください。

【必要事項】氏名、住所、電話番号、性別、年齢、希望するコース、ポール（持参か借用希望の別）
申込期限 10月20日（月）

☎・☎ スポーツ振興課（内線351）
☎sports@city.toki.lg.jp
HP 1010169

申込フォーム

