

各種検診日程のお知らせ 二象潟地域ニ

肺がん・大腸がん・結核・前立腺がん・C型肝炎

【肺がん検診】

- ◆内容：問診（必要時痰の検査）、胸部レントゲン検査
- ◆対象：今年度30歳以上の方
- ◆料金：600円
※今年度60～64歳の方は100円

【大腸がん検診】

- ◆内容：問診、便潜血反応検査（2日分）
※常温保存は当日を含め2日以内としてください。冷蔵保存する場合は2週間以内としてください。
- ◆対象：今年度30歳以上の方
- ◆料金：800円
※今年度50～54歳の方は300円

【結核検診】

- ◆内容：胸部レントゲン検査
- ◆対象：今年度65歳以上で肺がん検診を受診しない方
- ◆料金：無料

【前立腺がん検診】

- ◆内容：問診、血液検査（PSA検査）
- ◆対象：今年度50歳以上の男性
- ◆料金：700円

【C型肝炎検査】

- ◆内容：問診、血液検査
- ◆対象：今年度40歳の方
- ◆料金：700円

肺がん・大腸がん・前立腺がん・C型肝炎

実施月日	対象地区	受付時間	会場
8月18日(金)	下浜山、大塩越、島、中橋町、小浜・唐ヶ崎、大町、横町、妙見町	10:00～11:30	象潟保健センター
	下浜の町、上浜の町、浜畑、荒古屋、駅前、下新町、上新町、冠石	13:30～14:30	
21日(月)	臨海、下荒屋、上荒屋、栄町、潟見町1区、立石2区、はまなす	10:00～11:30	
	潟見町2区、武道島1区・2区	13:30～14:30	
22日(火)	28区、29区、30区、31区、32区、33区、34区、上狐森、桜ヶ丘	10:00～11:30	上浜構造改善センター
	大谷地、松ヶ丘、向山、鳥の海1区・2区、鳥屋森	13:30～14:30	
23日(水)	立石1区、関、西中ノ沢、砂山、洗釜、大砂川、川袋、大須郷、観音森	10:00～11:30	小砂川自治会館
	小砂川1区・2区	13:30～14:30	
24日(木)	小滝、本郷、横岡、大境	9:30～10:30	鶴泉荘
	石名坂、舟岡、水岡、大森、長岡、大飯郷、目貫谷地	11:00～11:30	

結核・大腸がん・前立腺がん・C型肝炎

実施月日	対象地区	受付時間	会場
8月25日(金)	象潟全域	9:30～10:30	象潟保健センター

※申し込みをされている方には、8月上旬までに地区の健康推進員を通じて検診通知が届きます。
※大腸検診のみの方でも、会場で受け付けをしないと受診できなくなりましたので、必ず検診会場へお越しください。



仁賀保健センター (スマイル内) ☎32-3000
金浦保健センター ☎38-4200
象潟保健センター ☎43-7501

親子のニニコクラブ

毎月季節に応じた行事や遊びなどを開催しています。保育園に入園前の子どもとその保護者が対象です。

【ぼんだコース】

期日 8月30日(水)
受付 午前9時30分～10時
対象 平成27年4月2日～28年4月1日生まれ

【おはなし会】

期日 25日(金)
会場 象潟保健センター
【ひよこ・ぼんだ・うさぎ合同コース】

期日 9月13日(水)
受付 午前9時15分～30分
対象 平成25年4月2日～29年5月1日生まれ
内容 親子えんそく「鳥海山ろく線まごころ」

ろ列車に乗ってGO！
申込期限 9月8日(金)
申込・問合先 象潟保健センター

すくすく広場

▽すくすく広場（8月の保健センター開放日）
期日 3日(木)、4日(金)、7日(月)、10日(木)、14日(月)、15日(火)、16日(水)、17日(木)、23日(水)、24日(木)、28日(月)、29日(火)

時間 午前9時30分～午後3時
▽8月のニコニコ相談日（身長・体重も測れます）
期日 28日(月)
時間 午前10時～11時

健康づくり食育教育④ 象潟地域のお知らせ

4回目の内容は、「見えないカロリー・砂糖の量」についての講話と「カロリーを減らす工夫」の調理実習です。

期日 8月18日(金)
時間 午前10時～午後1時
会場 象潟構造改善センター
参加費 300円
持ち物 エプロン、三角巾、

筆記用具
定員 18人（先着順）
申込期限 10日(木)
申込・問合先 健康推進課
☎32・3000

いっこの相談日

臨床心理士による育児相談や「不登校・ひきこもり・家庭内暴力など」の思春期相談や「うつ」等の相談を行っています。

期日 8月9日(水)
時間 ①午前10時～正午 ②午後1時～3時
会場 各保健センター
申込 7日(月)まで金浦保健センターへ

精神保健相談日

精神科医師による相談事業です。ご本人、家族の方が対象です。一人で悩まずご相談ください。

期日 8月24日(木)
時間 ①午後2時～3時 ②午後3時～4時
会場 各保健センター
申込 22日(火)まで金浦保健センターへ



毎月1回、にかほ市の保健師による健康コラムなどを掲載！

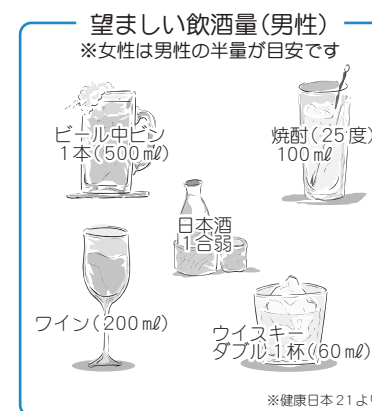
8月1日号 vol.5 『お酒との上手な付き合い方で健康長寿！』

適度な飲酒は気分をやわらげ、人々の交流を促すなど生活や文化の一部として親しまれてきました。しかし、飲みすぎると生活習慣病やアルコール依存症など万病のもととなってしまいます。秋田県はアルコール消費量が全国で第2位となっていて、全国平均の約1.5倍の飲酒量があります。また、にかほ市においては飲酒した日の一日あたりのアルコール摂取量が県平均の約1.25倍多く飲んでしまう傾向にあります。

一日の飲酒量が適量の3倍以上になると「飲みすぎ」となり、脂肪肝やアルコール肝炎から肝硬変、肝臓がんと進みやすくなります。またカロリーオーバーにもつながり心臓病や糖尿病などの生活習慣病も招いてしまいます。長年この状況が続けると常に体がアルコールを求めるようになり、アルコール依存症へと進みます。

飲酒する機会がふえる夏！ぜひ皆さんも上手な飲み方を心がけてください。

お心あたりのある方、一人で悩まず相談に来てみませんか。今月の精神保健相談日は8月24日(木)です。



精神保健相談の問合先 金浦保健センター ☎38-4200