

【平成30年度 乳がん医療機関検診募集】

検診期間 4月～平成31年2月末
対象 市内在住で、平成元年3月31日以前生まれの女性
費用 2,400円(70歳以上、生活保護を受けている人は無料)
内容 超音波検診と視触診、またはマンモグラフィーと視触診
 ※茨城西南医療センター病院は視触診はありません。

検診が受けられない人

- ①しこり等自覚症状がある
- ②豊胸術、乳房再建術を受けたことがある
- ③ペースメーカーやカテーテル、V-Pシャント等を入れている
- ④妊娠中、授乳中

問 ☎健康づくり課Tel48-6882

■友愛記念病院・茨城西南医療センター病院・古河赤十字病院での受診を希望する人

申込期間 2月5日(月)～15日(木)☎

申込

【封書・はがき】 任意様式に「乳がん検診申し込み」と明記のうえ、①平成30年度②住所③氏名④生年月日⑤年齢⑥電話番号・携帯電話番号⑦ペースメーカーまたはチューブをいれているかの有無⑧希望の医療機関(友愛記念病院、茨城西南医療センター病院、古河赤十字病院)を記入し、☎健康づくり課へ郵送

【電子申請】 市公式ホームページまたは、QRコードから申し込み



※医療機関への直接申し込みはできません。

※多数抽選。抽選に外れた人にも3月上旬に通知します。

■古河市医師会加入医療機関・平間病院での受診を希望する人

該当医療機関 秋葉産婦人科病院・遠藤医院・古河病院・田中医院・長島外科・平間病院(下妻市)

申込 ☎健康づくり課へ随時申し込み☎

※後日、受診券を送付します。

※すでに受診希望の登録をしている人(過去2年間に受診券を利用して上記医療機関で受診している人)には、4月上旬に受診券を送付します。

【平成29年度 乳がん集団検診日程追加と募集】

日時 3月19日(月)10時・11時・13時15分・14時15分
場所 古河福祉の森会館
対象 市内在住で、昭和63年3月31日以前生まれの女性
内容・費用

対象年齢(H30.3.31現在)	検診内容	検診料
30歳～39歳	超音波検査(エコー)	1,000円
40歳～49歳	奇数年齢 超音波検査(エコー)	1,000円
	偶数年齢 マンモグラフィー2方向	1,500円
50歳以上	奇数年齢 超音波検査(エコー)	1,000円
	偶数年齢 マンモグラフィー1方向	1,000円

※70歳以上、生活保護を受けている人は無料。

検診が受けられない人

- ①しこり等自覚症状がある
- ②豊胸術、乳房再建術を受けたことがある
- ③ペースメーカーやカテーテル、V-Pシャント等を入れている
- ④妊娠中、授乳中
- ⑤今年度すでに乳がん検診を受診した

申込期間 2月13日(火)・14日(水)9時～17時 [申込期間以外は受け付けできません]

※定員になり次第締め切りとなりますので、ご了承ください。

申込 Tel0570-077-150(健診予約センター)へ①氏名②住所③生年月日④電話番号⑤希望の検診時間を伝えてください。申し込みした人へのお知らせは、3月上旬に発送します

※本人または同一世帯の人に限りです。

※通話料は申込者負担になります。

問 ☎健康づくり課Tel48-6882、Tel48-6883

【三和健康ふれあいスポーツセンター・三和農村環境改善センター運動教室】

■三和健康ふれあいスポーツセンター(温水プール)

教室名	日時	内容	定員(対象)	申込
アクアビクス	毎週月曜日13時30分～14時30分	水中リズムダンスで有酸素運動	20人(16歳以上)	当日、窓口で申し込み [持参物：水着、水泳帽、バスタオル]
水中ウオーキング	毎週水曜日13時30分～14時30分	体質改善のための水中歩行運動	25人(16歳以上)	
アクアフィットネス	毎週土曜日9時30分～10時30分	水中での全身運動	25人(16歳以上)	
腰痛改善体操教室	毎週土曜日10時40分～11時40分	腰や膝に負担をかけない運動	20人(16歳以上)	
ワンポイント水泳教室	毎週火曜日13時30分～14時 毎週木曜日13時30分～14時	4泳法を中心とした水泳教室	10人(16歳以上)	

■三和健康ふれあいスポーツセンター(サブアリーナ)

教室名	日時	内容	定員(対象)	申込
太極拳	毎週月曜日19時～20時	ゆっくりとした全身運動、有酸素運動	20人(16歳以上)	当日、窓口で申し込み [持参物：運動しやすい服装、室内シューズ、ヨガマット(貸し出し可)]
ピラティス	隔週火曜日13時30分～14時30分	ストレッチ、呼吸運動	30人(16歳以上)	
健康体操教室	毎週火曜日15時～16時	ストレッチ、筋トレ運動	30人(40歳以上)	
はじめてのヨガ	毎週火曜日19時30分～20時30分	ヨガの基本動作、呼吸法	20人(16歳以上)	
エアロビクス	毎週木曜日9時30分～10時30分	基本的なステップ、有酸素運動	30人(16歳以上)	
パワーヨガ	毎週木曜日11時～12時	筋力アップヨガ	30人(16歳以上)	

■三和健康ふれあいスポーツセンター(トレーニングルーム)

教室名	日時	内容・定員・費用	申込
トレーニングルーム ビギナー講習会	毎週水曜日10時～10時30分	トレーニングルームを利用するための講習 定員 20人(16歳以上) 費用 区域内200円、区域外300円	要予約☎TEL [持参物：運動しやすい服装、室内シューズ、顔写真1枚(2.5cm×2.5cmスナップ写真可)]
	毎週金曜日13時30分～14時		
	毎週土曜日19時～19時30分		

■三和農村環境改善センター

教室名	日時	内容	定員(対象)	申込
らくらくヘルス体操	毎週月曜日10時30分～11時30分	ストレッチ、筋トレ運動	20人(40歳以上)	当日、窓口で申し込み [持参物：運動しやすい服装、室内シューズ]
ヒップホップ教室	毎週月曜日19時～20時	リズム、ダンス運動	30人(小学生～高校生)	

【共通事項】

費用 417円～800円 **定員** 定員を超えた場合は抽選

休館日 毎月第3月曜日 ※第3月曜日が祝日の場合は第2月曜日。

問 三和健康ふれあいスポーツセンターTel76-7000、三和農村環境改善センターTel78-1815