

胃・肺がん同時検診

検診日	会場	所在地
3月1日(金)	赤塚健康福祉センター	赤塚1-10-13
3月5日(火)	板橋区医師会病院	高島平3-12-6
3月10日(日)	グリーンホール1階ホール	栄町36-1
3月12日(火)	板橋区医師会病院	高島平3-12-6
3月13日(水)	グリーンホール1階ホール	栄町36-1

◎胃・肺がん同時検診の際に、胃がん検診のみ、肺がん検診のみの受診も可能です。当日の受付時にお申し出ください。

肺がん検診のみ実施(午後1時から受付)

検診日	会場	所在地
3月8日(金)	板橋区医師会病院	高島平3-12-6

◎定員に達した場合は、お申し込みされた方に対し、はがきでお知らせをし、お断りすることがありますので、あらかじめご了承ください。

◎手話通訳をご希望の方は、受診希望日の21日前までにお申し込みください。

◎車での来場は、ご遠慮ください。

《感染症対策について》

◎重症化リスクの高い方への感染を防ぐため、受診時はマスクの着用にご協力をお願いします。

◎風邪の症状や発熱がある方は、検診の受診をお控えいただくようお願いいたします。

1. 対象者……40歳以上(昭和59年3月31日以前生まれ)の区民
勤務先などで同様の検診を受診する機会のない方
 - 妊娠中の方、妊娠していると思われる方は、胃がん・肺がん検診の受診はできません。
 - 次の方は、胃がん検診(エックス線検査)の受診はできません。
 - ①胃または十二指腸の手術をしたことのある方
 - ②過去1年以内に腹部の手術をしたことのある方
 - ③腹部の手術後に腸閉塞になったことのある方
 - ④現在、胃の疾患で治療中の方
 - ⑤バリウム製剤に対し過敏症の既往歴のある方
 - ⑥現在、授乳中の方
 - ⑦令和4年5月～令和4年12月に板橋区の胃がん検診(内視鏡検査)を受診した方
 - ⑧人工肛門の方
 - 誤嚥(ごえん)の可能性のある方等は、問診の結果、検診をお断りする場合があります。
 - 胃がん検診(エックス線検査)は、検査機器の都合上、下記のとおり体重制限を設けております。
 - 検診車 110kg を超える方は受診できません。
 - 板橋区医師会病院 150kg を超える方は受診できません。(肺がん検診につきましては、体重制限はありません。)
 - 胃がんリスク検診・胃がん検診(内視鏡検査)と重複して受診することはできません。

2. 検診内容

- 胃がん検診 胃部エックス線撮影(バリウムを飲みます。)
- 肺がん検診 胸部エックス線撮影
かくたん検査
(ただし、かくたん検査は要件に該当する方のみ実施します。)
※かくたん検査のみの受診はできません。

3. 検診費用

無 料

<参考>一人あたりにかかる検診経費 胃がん検診 7,018円、肺がん検診 3,938円

4. 受付時間

男性は午前9時または9時30分、女性は午前10時または10時30分で、受診券に指定した時間で受け付けします。

※男女別に受付時間を指定し、検診も男女別の時間帯で実施します。

- | | | |
|--------------------------|--------|---------|
| 1, 3, 5, 7, 9, 11月の受付時間 | 男性 9時台 | 女性 10時台 |
| 2, 4, 6, 8, 10, 12月の受付時間 | 女性 9時台 | 男性 10時台 |

※指定時間外に来場されても受け付けできませんのでご注意ください。

- 肺がん検診のみ実施の3月8日(板橋区医師会病院)の受付時間は、男性は午後1時、女性は午後1時30分となります。

5. 受診券

受付時間を指定した受診券を送付します。

6. 定員

医師会病院…40人 赤塚健康福祉センター…55人
グリーンホール1階ホール…60人

※定員になり次第締め切ります。

※定員に達した場合は、はがきでお知らせし、希望日の変更または、お断りすることもあります。あらかじめご了承ください。

7. 検診結果

- 胃がん検診(エックス線検査)の結果
検診日のおよそ4週間後に郵送でお知らせします。
- 肺がん検診の結果
検診日のおよそ6週間後に郵送でお知らせします。

8. 申込方法

- 電話申込み(健(検)診申込窓口) **03-3579-2319**
- 窓口(板橋区役所南館3階②番・健康推進課)
※窓口で申請される場合は、ご本人であることを確認できるもの(マイナンバーカード、運転免許証、健康保険証等)をお持ちください。
- 片道はがき(下記「申込はがき記入例」をご覧ください。)
封書でのお申込みも受け付けております。往復はがき不可
※受診希望日の15日前までに投函してください。
- 電子申請(詳しくは区ホームページをご覧ください。)
<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/kusei/joho/shinsei/1010237.html>
- ※第2・第3希望がある場合は、備考欄に検診日と会場を入力してください。

9. 問い合わせ先

- 申込み、キャンセル・日程変更等以外のお問い合わせ
03-3579-2312



←胃・肺がん検診申込 電子申請はこちら

郵便はがき 切手 173-8501	板橋区役所 健康推進課 成人健診係 あて	胃・肺がん検診申込
		郵便番号 住所 ふりがな 氏名 性別 生年月日 電話番号 検診希望 (月日) (会場)

(表 面)

(裏 面)

※1年度(4月～翌年3月)のうち、1回のみ受診できます

4月分の胃・肺がん検診の日程は、**2月24日(土)**発行の広報いたばし、区ホームページにて掲載予定です。

(回覧) ☆各検診のお知らせは裏面にあります。
☆回覧は至急お返しください。令和6年1月 No.9 17950

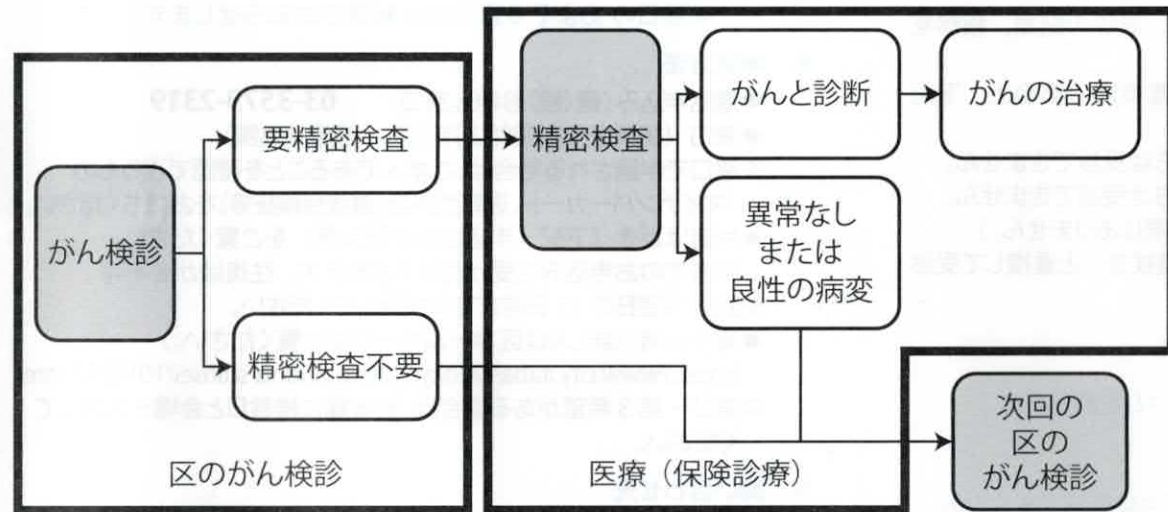
心配な症状があったら 医師の診察を受けましょう

がんを早期発見するために、もうひとつ忘れてはいけないことがあります。

明らかな症状がある場合は、がん検診ではなく医療機関で受診しましょう。もし、がんだった場合、次の検診の時期を待つことは発見を遅らせることになります。また、がん検診だけではがんの診断はできません。精密検査を受けてはじめてがんかどうかわかります。

症状のある人にとっては、がん検診は回り道になることもあるのです。

がん検診の流れ



乳がん自己チェック方法

歯磨きと同じ感覚で日々の生活の中に取り入れて

30歳を過ぎたら、毎月1回、日を決めて乳房の自己チェックをしましょう。生理の直前や生理中は乳腺が張って、しこりと間違えやすいので、生理が終わった2~3日後ぐらいにチェックするのが良いでしょう。閉経後の人は、毎月覚えやすい日を決めておきましょう。

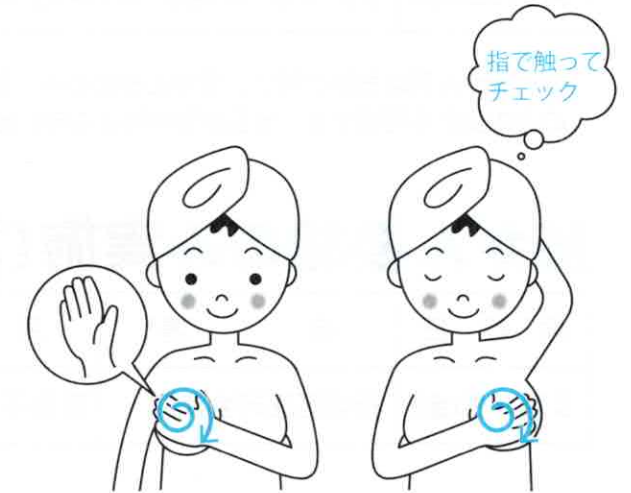
〈視診〉～目でチェック～

- ① 鏡に向かい、両腕を高く上げて・「ひきつれ・くぼみ・ふくらみ・乳首や乳輪の変化」はないかを確認します。
- ② 両腕をまっすぐ下ろした状態や腰にあてた状態で、①と同じように確認します。

※入浴時に手に石鹸をつけて行ったり、仰向けに寝た状態で、調べる側の乳房の下に枕などを当てて行くと、チェックしやすいでしょう。つまむようにすると、かえってわかりにくくなります。

〈触診〉～触ってチェック～

- ① 3~4本指をそろえて、指の腹と肋骨で乳房をはさむように触れます。「の」の字を書くように、しこりがないか乳房全体をチェックします。特に乳房の上部外側に注意しましょう。
- ② わきの下に手を入れてしこりがないかチェックします。
- ③ 乳房や乳首をしぼるようにして、分泌物が出ないかチェックします。



あなたの「こころの体温計」

こころの元気を計ってみませんか？

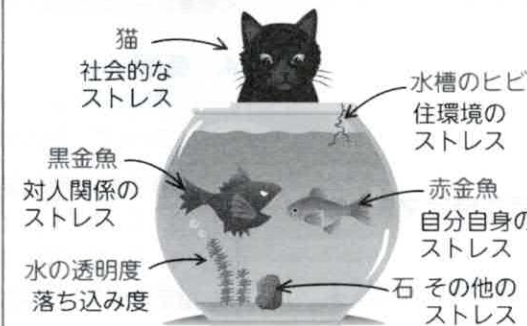
「こころの体温計」は、気軽にストレスや落ち込み度をチェックすることができるシステムです。心の疲れや不調を感じている方はもちろん、日ごろの心の状態を確認するためにもぜひご活用ください。

■ ■ アクセスはこちらから ■ ■



- 料金は無料です。ただし、通信料は自己負担になります。
- 個人情報は取得しません。
- このシステムは医学的診断をするものではなく、ストレスや心の状態に関心を持っていただくためのものです。結果に関わらず、心配なことが続く場合は、早めに専門家の相談や受診をお勧めします。

本人モード ストレス度・落ち込み度のチェックができます。



本人モード 結果画面(例)

ご本人の健康状態や人間関係、住環境などの4択式の質問に回答していただくと、ストレス度や落ち込み度が、水槽の中で泳ぐ金魚、猫などの絵になって表示されます。



※レベルが上がる毎にケガをしていきます

【水の透明度】落ち込み度



※レベルが上がる毎に水が濁っていきます