

7～8月の集団がん検診

- 会場 (いずれも) ふれあいの里
- 持ち物 受診券、負担金 (マスクの着用をお願いします)
- 肺がん集団検診 (予約不要)

実施日	午前9時～11時	午後1時～3時
7月9日(火)	●	●
7月24日(水)	●	
8月23日(金)	●	●

▶対象者

- ①胸部レントゲン検査 40歳以上の方
- ②「たん」の検査
50歳以上で喫煙指数(1日本数×年数)が600以上の方(元喫煙者を含む)

■胃がん・乳がん集団検診 (要予約)

- ▶電話予約 7月1日(月)から予約受付開始
健康対策課へ電話 (☎ 23-5468、23-5472)
受付時間: 平日 午前8時30分～午後5時15分

▶Web予約

- 6月25日(火)から予約受付開始
※右記の二次元コードから申し込み。



実施日	胃がん	乳がん	子宮頸がん
7月21日(日)	8時15分～11時	8時15分～11時	
7月25日(木) レディースデイ		1時15分～3時30分	
8月25日(日) レディースデイ	8時15分～11時	8時15分～11時	8時45分～11時

※レディースデイは、女性のみ受診できる日です。

- ▶胃がん検診対象者 40歳以上の方
- ▶乳がん検診対象者
40歳以上の女性(昨年度受診した方を除く)
- ▶子宮頸がん検診対象者 20歳以上の女性

☎ 健康対策課 (☎ 23-5468 FAX 23-5460)

キャッチアップ接種が終了します

子宮頸がんなどを防ぐためのHPVワクチンの接種機会を逃した方に、公費(無料)で接種できる「キャッチアップ接種」を実施しています。キャッチアップ接種は令和7年3月31日で終了します。接種は合計3回で、完了するまでに約6か月かかります。接種を希望する方は、9月ごろには1回目を終わらせましょう。令和7年4月以降は、接種1回あたり約3万円がかかります。

くわしくは市ホームページをご確認ください。

■対象者

平成9年4月2日～平成20年4月1日生まれの女性

☎ 健康対策課 (☎ 23-5472 FAX 23-5460)



はじめよう適塩生活

塩分のとり過ぎは、高血圧や胃がんなど、いろいろな病気のリスクを高めます。毎日の食事にちょっとした工夫を取り入れて、おいしい適塩生活をはじめませんか?

■適塩のポイント

- ▶めん類の汁は飲み干さない
汁を全部残せば塩分は約1/2
- ▶しょうゆやソースは「かける」より「つける」
しょうゆやソースなどは、かけて食べるより、小皿に適量とって、つけて食べたほうが食塩の摂取量が少なくなります。
- ▶酸味、辛味、香味を上手に利用
酸味…レモン、ゆず、酢など
辛味…わさび、唐辛子、カレー粉など
香味…しょうが、にんにく、しそなど
- ▶汁物は具だくさんに
具だくさんにすることで汁の量を減らせます。

☎ 健康対策課 (☎ 23-5452 FAX 23-5460)

第122回 一般公開健康講座

目の病気といえば、白内障や緑内障を聞かれたことがあるかもしれません。特に緑内障は、わからないうちに進行してしまうことが多いため、注意が必要な病気です。今回は緑内障について、どんな病気なのか、何に気をつければよいのか、治療にはどんなものがあるのかなど、お話しさせていただきたいと思います。

■演題 身近な目の病気～緑内障について～

■講師 博愛病院 眼科 眼科部長 小松 恵子 先生

■とき 7月18日(木) 午後2時～3時30分

■ところ 米子市文化ホール メインホール

※入場無料、申込不要

☎ 鳥取県西部医師会 (☎ 34-6251 FAX 34-6252)

相談イベント「しきゅうcafe」

子宮のこと、カラダのこと、ワクチンのこと話してみませんか? 「子宮頸がんってどんな病気?」「HPVワクチンは接種した方が良いの?」「生理痛や生理前の症状を何とかしたい!」など、いろんな疑問や悩みに産婦人科の先生たちが答えます!開催時間内の都合の良い時間にお越しください。ワクチン接種やがん検診の受診を迷われている方は、ぜひこの機会にご相談ください。

■とき 7月7日(日) 午前10時～午後6時

■ところ イオン日吉津 西館1階 ヴィレッジコート

※入場無料、申込不要

☎ 鳥取大学保健管理センター米子分室 (☎ 38-6495)

しきゅうcafe
Instagram



7月から大人のいろいろな健診が始まります

- ◇ 40歳以上の男性、20歳以上の女性に「令和6年度健診受診券」を6月20日にお送りしました。
- ◇ 受診券がないと健診は受けられません。
- ◇ 国民健康保険加入者で、人間ドックに変更希望の方は、各種健診を受診する前にご相談ください。
- ◇ 各種がん検診については、職場などで受診する機会がない方は、米子市のがん検診をご利用ください。
- ◇ 生活保護世帯の方は無料です。

■米子市が実施する各種健診

種類(実施期間)	対象者(今年度中の年齢)	費用(※1)	受診場所と内容
特定健診、後期高齢者の健診など (7月～12月末)	40歳以上の方(国民健康保険加入者と後期高齢者医療加入者) (※2)	500円	医療機関：問診、尿検査、血圧測定、脂質、肝機能、血糖、腎機能など
肝炎ウイルス検査 (7月～12月末)	40歳以上で、職場の検診等で検査を受ける機会がない方(過去に肝炎ウイルス検査を受けた方は除く)	特定健診等と同時 1,100円(400円) 肝炎のみ 1,900円(600円)	医療機関：問診、採血(B型・C型肝炎ウイルス)
	今年度中に40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳になり、過去に肝炎ウイルス検査を受けたことのない方	無料	肝炎ウイルス検査と同様
大腸がん検診 (7月～1月15日)	40歳以上の方	700円(200円)	医療機関：問診、便潜血検査
胃がん検診 (7月～1月15日)	40歳以上の方	2,500円(1,000円)	検診車：問診、胃透視(レントゲン検査)
		4,200円(1,400円)	医療機関：問診、胃透視または内視鏡検査(胃カメラ)
肺がん検診 (7月～1月15日) 65歳以上の方は結核健康診断を含む	40歳以上の方	100円(無料)	検診車：問診、胸部レントゲン検査
		900円(300円)	医療機関：問診、胸部レントゲン検査
	50歳以上で問診の結果必要な方	900円(300円)	喀痰検査
乳がん検診 (7月～1月末)	昨年度に乳がん検診を受けていない40歳以上の女性	2,000円(600円)	医療機関および検診車：問診、マンモグラフィ(乳房X線検査)※要予約
	S59.4.1～S60.3.31生まれの方	無料	
子宮頸がん検診 (7月～1月末)	20歳以上の女性	頸部	2,400円(800円)
		頸部・体部	4,000円(1,400円)
HPV検査	今年度中に30～44歳になる女性で、子宮頸がん検診と同時に検査を希望する方	2,000円(700円)	HPV(子宮頸がんの原因とされるヒトパピローマウイルス)の感染を調べる検査
ふしめ歯科検診 (7月～12月末)	今年度中に40歳、50歳、60歳、70歳になる方	500円(200円)	歯科医院(鳥取県西部歯科医師会)：問診、歯周組織検査(受診を希望する対象者は要申込。後日受診券を郵送)

※1…()内は70歳以上の(昭和30年3月31日までに生まれた)方、市民税非課税世帯の方の費用。
 ※2…国民健康保険以外の被用者保険(協会けんぽや企業の健康保険など)加入者の特定健診は、それぞれの保険者が実施。
 【特定健診・後期健診・人間ドックについて】 〇 保険年金課 (☎ 23-5407)
 【がん検診・肝炎ウイルス検査・ふしめ歯科検診について】 〇 健康対策課 (☎ 23-5468)