

町内健診日程 ～巡回肺がん大腸がん検診～

※受診券、自己負担金をご持参ください。

※65歳以上の方には結核検診も同時に行います。

9月9日(火)

検診場所	受付時間	※1 検体 (検便・喀痰) 提出日
石脇甲亀山会館	9:00～9:20	9月18日(木)
泊駅前	9:35～9:50	
原集会所	10:05～10:20	
宇谷集会所	10:35～10:50	
宇野地区公民館前駐車場	11:05～11:20	
橋津地区公民館前駐車場	11:30～11:50	
湯梨浜町役場	13:00～13:20	
久留西公民館	13:30～13:50	
たじりこども園裏駐車場	14:05～14:20	
東田後区公民館	14:30～14:50	
新川公民館	15:05～15:25	

9月30日(月)

検診場所	受付時間	※1 検体 (検便・喀痰) 提出日
舎人会館	9:00～9:15	10月8日(火)
あやめ池公園駐車場	9:25～9:40	
松崎駅前	9:50～10:10	
東郷小学校駐車場	10:20～10:35	
別所バス停	10:45～11:05	
方面公民館	11:15～11:30	
羽衣石交流センター	13:00～13:20	
羽衣会館	13:35～13:55	
上浅津農事集会所	14:05～14:25	
旧浅津保育園跡地	14:35～14:50	

※1 大腸がん検診および肺がん検診喀痰検査を受診された方は、検便容器および喀痰容器を提出日に出します。

(詳細については、受診されたときに説明します。)

骨粗しょう症検診

●受診方法

町内集団健診のレディース検診で受診できます。日程等をご覧ください。

●検診対象者

40・45・50・55・60・65・70歳の女性で、現在骨粗しょう症の治療を行っていない人
(*年齢は令和8年3月31日現在で上記年齢の人)

●持参品

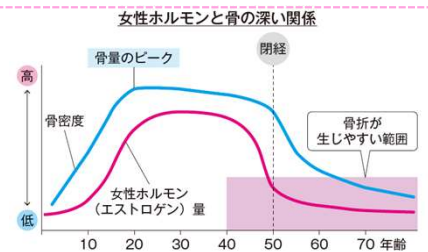
骨粗しょう症検診受診券(がん検診受診券に添付)と自己負担金

骨粗しょう症はどんな病気?

骨の強度が低下して、もろく骨折しやすくなる病気で、骨吸収と骨形成のバランスが崩れることで起こります。遺伝、生活習慣(栄養・運動不足・喫煙・飲酒など)、女性ホルモンの不足、糖尿病やステロイド剤の投与などが要因となりますが、過度なダイエットなどで、20～30歳代の人でも起こる病気です。

40歳以降の女性は誰にでも起こりうる!

骨は、古い骨を溶かし(骨吸収)、新しい骨を作る(骨形成)といった骨の新陳代謝を繰り返していますが、この新陳代謝に強い影響を及ぼしているのがエストロゲンという女性ホルモンです。エストロゲンは破骨細胞が暴走しないようにコントロールしていますが、40歳以降は女性ホルモンの低下とともに減少し始め、50歳前後に閉経を迎えるとエストロゲンは急激に減少、骨吸収が早くなり骨密度が低下していきます。



老若男女の骨粗しょう症予防

リンを含むインスタント食品、食塩、カフェインやアルコールの過剰摂取はカルシウム吸収を阻害します。食生活を見直し、1日15分程度の日光浴、1日30分のウォーキングなどの骨に負荷のかかる運動を行いましょう。

10歳～20歳の年代の人は、食生活と運動で骨量を増やしておきましょう!