

今年こそは! 禁煙チャレンジ



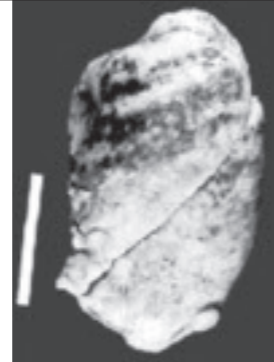
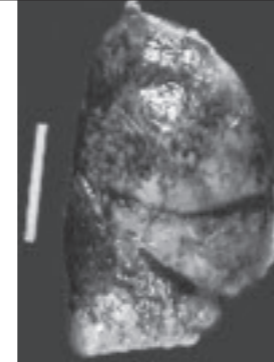
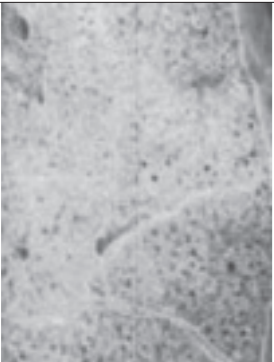
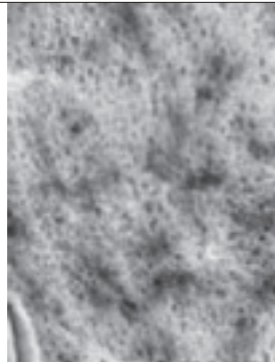
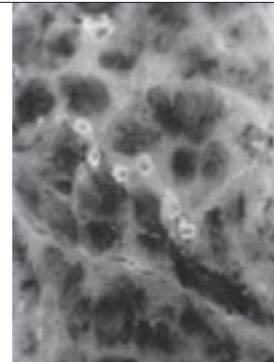
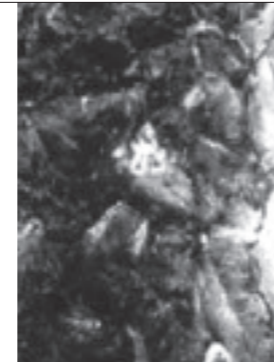
健康福祉課健康係 ☎028 (677) 6042

禁煙の効果は、肺がんの予防だけではなくありません。COPD（慢性閉塞性肺疾患）という病気や脳梗塞、心筋梗塞などの予防効果も期待できます。また、喫煙習慣のない家族を副流煙から守る上でも重要なポイントです。

禁煙講座を開催します

- 日時 / 1月19日(木) 13:30~15:00 (13:15~受付)
- 場所 / 町民会館 2階研修室
- 対象 / 芳賀町民
- 内容 / ①肺年齢測定
②たばこに関する芳賀町民の様子
③「たばこ肺」を理解する
④目からうろこの禁煙術 (紹介)
- 講師 / 町保健師
- 申込 / 健康福祉課に電話申込

次の表のとおり、煙草の煙は肺に大きなダメージを与えます!

	65歳女性 非喫煙者 夫も非喫煙者	75歳女性 非喫煙者 夫ヘビースモーカー	70歳男性 1日10本 50年間喫煙	70歳男性 1日60本 55年間喫煙
肺表面				
	きれいな肉色の正常な肺	黒線はススやタール	大部分が黒く変化	全て真っ黒!
肺断面				
	スポンジ様で小さな穴の大きさは1/10mm、数は3億個	穴の大きさが少し拡大、黒い点はタール	穴の大きさが5~6mmに拡大、数は、正常の半分位	正常な細胞がほとんどなくなっている

資料: 呉羽内科医院・水上陽真氏

平成24年度 総合検診

健康福祉課健康係 ☎028 (677) 6042

町の総合検診は、近所の会場で行われ負担額も少なく受けやすい検診です。

昨年と同様に、前期・中期・後期の3回に分けて実施しますので、ぜひ受診してください。



申込方法

対象者	申込方法
20歳・30歳・40歳・50歳・60歳になる人 (年齢基準日:平成25年3月31日)	1月中旬に申込調査票を郵送します。 記入して返送してください(2月29日締切)。
平成23年度総合検診を受診した人	4月に個別通知します。 昨年と同様の内容で受診できるよう、あらかじめ期日・会場を設定し、受診項目もあわせてお知らせします。 変更がある人は、通知が届いたらお電話ください。
・平成23年度総合検診を受診しなかった人 ・今まで総合検診を受けたことのない人	4月から申込受付を開始予定です。 詳しくは広報4月号をご覧ください。 ※個別通知はありません。

検診項目内容と料金

検診名	対象者	料金	内容
特定健診	40~74歳男女	600円	特定健診、75歳以上は健康診査(血圧・尿検査・腹囲測定・心電図・眼底検査・血液検査)、65歳以上は無料
健康診査	75歳以上男女	65歳以上は無料	
ヤングエイジ検診	19~39歳男女	300円	血圧・尿検査・血液検査
結核検診	65歳以上男女	無料	胸部エックス線撮影
がん検診	肺	無料	胸部エックス線撮影・喀痰検査(300円)
	胃	40歳以上男女	400円
	大腸		200円
	前立腺	50歳以上男性	200円
	子宮	昨年受診 無の女性	20歳以上 30歳以上
子宮頸部細胞診			子宮頸部細胞診
超音波検査またはマンモグラフィ			超音波検査またはマンモグラフィ
骨密度検査	19~70歳女性	300円	超音波検査(かかと)
肝炎ウイルス検診	40歳以上で検査を受けたことがない人	300円	血液検査

(対象者の年齢は、平成25年3月31日を基準日とします。健康診査を除く)