

平成30年分

かつしか健幸マイレージに参加して健康になろう!



健康診査や健康づくり事業に参加してマイルを貯めると、抽選で300人に健康グッズなどが当たります。

【担当課】 地域保健課 ☎3602 - 1231

かつしか健幸マイレージの流れ

STEP 1 参加しよう

職場・学校・区での健康診査や人間ドック、区での健康づくり事業、スポーツ事業、高齢者対象事業などに参加しましょう。

詳しくはリーフレットをご覧ください。

【リーフレット(応募ハガキ)配布場所】

健康プラザかつしか(青戸4-15-14)、保健センター(11面上欄参照)、区民事務所、地区センター、奥戸総合スポーツセンター体育館(奥戸7-17-1)、温水プール館(高砂1-2-1)、水元総合スポーツセンター体育館(水元1-23-1)、高齢者支援課(区役所2階201番)、区政情報コーナー(区役所3階304番)、シニア活動支援センター(立石6-38-1)

区ホームページからも取り出せます。



リーフレット

STEP 2 記録しよう

- 健康宣言(目標)を記入して、運動や食事など日頃の生活習慣改善に向けた取り組みにチャレンジ(5マイル獲得!)
- 「歩く」「走る」「スポーツする」など健康につながる活動を実践(1日1マイル獲得!)
- リーフレットにある応募ハガキの裏の「健幸マイレージ記録表」に活動した日と活動内容を記入



STEP 3 応募しよう

30マイル貯まったら応募できます。

リーフレットにある応募ハガキに62円切手を貼付して郵送または健康プラザかつしか、保健センターへ持参してください。

●賞品

- ▶体組成計 ▶手くび血圧計 ▶スマートプレスレット
- ▶クオカード

合計300人

●応募できる方 区内在住・在勤・在学の方

●実施期間 平成30年12月31日(月)まで

●応募締切日 平成31年1月31日(木)(必着)

がん検診の申し込みは、はなしょうぶコールへ

☎6758 - 2222(午前8時～午後8時/年中無休)

【ハガキ申し込み・担当課】

〒125 - 0062青戸4 - 15 - 14健康プラザかつしか内健康づくり課

胃がん・大腸がん検診(2・3月分)

年度内に各1回受診できます。

【受付時間】 いずれも午前9時～10時30分。

会場(所在地)	検診日	定員(人)
保健所 (青戸4-15-14健康プラザかつしか内)	2/26(月) 3/14(水)	各日100
ウェルピアかつしか (堀切3-34-1)	2/20(火)	50
金町保健センター (金町4-18-19)	2/28(水) 3/15(木)	各日100
水元保健センター (東水元1-7-3)	3/8(木)	50
南綾瀬地区センター (堀切7-8-22)	3/9(金)	50

胃がん検診

【対象】 区内在住で、平成30年3月31日現在35歳以上(昭和58年3月31日生まれまで)の方

胃の手術を受けた方、過去に胃の検査を受診して具合が悪くなった方、妊娠中の方は受診できません。痛み、吐き気などがある方は、医療機関で検査を受けてください。

【内容・費用】

胃のレントゲン撮影(バリウムを使用) 1,000円

大腸がん検診

【対象】 区内在住で、平成30年3月31日現在40歳以上(昭和53年3月31日生まれまで)の方

【内容・費用】 便潜血反応検査 500円

胃がん・大腸がん検診共通

【申込方法】

はなしょうぶコール(☎6758 - 2222)へ電話、またはハガキ(希望検診名(「胃がん」「大腸がん」「胃がん・大腸がん両方」)・会場と検診日(第2希望まで)・住所・氏名(フリガナ)・性別・生年月日・電話番号を記入)で、希望検診月の前月の15日(必着)まで(多数抽選)。電子申請可。

受診票は検診月の前月末に送付します。

乳がん・子宮がん検診

乳がん検診

【内容・受診期間】

▶視触診検査 1月31日(水)まで ▶マンモグラフィ検査 3月15日(木)まで

【対象】 区内在住で、平成29年12月31日現在30歳以上(昭和62年12月31日生まれまで)の大正・昭和の偶数年生まれの女性

【費用】

▶視触診検査 無料

▶マンモグラフィ検査(40～68歳で視触診検査の結果が「異常なし」の方) 1,000円

子宮がん検診

【受診期間】 2月28日(水)まで

【対象】 区内在住で平成29年12月31日現在20歳以上(平成9年12月31日生まれまで)の女性

【費用】 1,000円

乳がん・子宮がん検診共通

【会場】 区内指定医療機関(マンモグラフィ検査は保健所・保健センター(11面上欄参照)など)

【申込方法】 はなしょうぶコール(☎6758 - 2222)へ電話、またはハガキ(希望検診名(「乳がん」「子宮がん」「乳がん・子宮がん両方」)・住所・氏名(フリガナ)・生年月日・電話番号を記入)で、12月31日(日)(消印有効)まで。電子申請可。

受診票は2週間ほどで送付します。

●平成29年度の勧奨対象者●

対象の方には5月末に受診票を送付しましたので、申し込みは不要です。

【対象】

▶乳がん・子宮がん検診両方

平成27年4月1日～28年2月29日に葛飾区の乳がん検診(視触診検査)・子宮がん検診のいずれかを受診した、大正・昭和の偶数年生まれの40歳以上の女性

▶子宮がん検診

平成27年4月1日～28年2月29日に葛飾区の子宮がん検診を受診した、昭和の偶数年生まれ、平成の奇数年生まれの20～38歳の女性

●乳がん・子宮がん検診の無料クーポン券について●

対象の方には5月末に無料クーポン券と受診票を送付しましたので、申し込みおよび検診費用は不要です。

【対象】

▶乳がん検診 昭和51年4月2日～52年4月1日生まれの女性

▶子宮がん検診 平成8年4月2日～9年4月1日生まれの女性

※受診票、無料クーポン券を紛失された方は、健康づくり課(☎3602 - 1268)へご連絡ください。

中央・立石図書館は 年末年始も開館します

初詣やお出掛けの際に、ぜひお立ち寄りください。

■中央図書館(金町6-2-1) ☎3607 - 9201

■立石図書館(立石1-9-1) ☎3696 - 4451

【年末年始の開館時間】

▶12月29日(金)・30日(土)午前9時～午後8時

▶12月31日(日)～1月3日(水)午前9時～午後5時

【通常の開館時間】

▶月～土曜日/午前9時～午後10時 ▶日曜日・祝日/午前9時～午後8時

中央図書館特別イベント

●新春 葛飾街めぐり展

区内の観光資料や「寅さん」「こち亀」など葛飾ゆかりのグッズを展示します。

【期間】 12月29日(金)～1月24日(水)

●はてなぶっくす?

テーマに合わせた本を、おみくじと一緒に包んで貸し出します。中身は開けてからの楽しみです。

【期間】 12月29日(金)～1月24日(水)

●新春かるた会～百人一首とかつしか郷土かるたで迎春を!～

【日時】 1月3日(水)午後2～4時。直接会場へ(先着順)。

【定員】 30人程度

●絵本かるた

絵本を絵札に見立ててかるた遊びをします。

【日時】 1月7日(日)。直接会場へ(先着順)。

▶第1部 午後2～3時

【対象】 3歳以上就学前のお子さん20人程度

▶第2部 午後3～4時

【対象】 小学1～3年生20人程度

図書館映画会 1月分

【日時・会場・内容】 下表のとおり

【対象】 中学生以上の方

【担当課】 中央図書館 ☎3607 - 9201

日時	図書館	タイトル(制作年/主演)
1/13(土)午後2時から	亀有	男はつらいよ 私の寅さん(1973年/渥美清・岸恵子)
1/13(土)午後6時から	中央	地上(ここ)より永遠に(1953年/バート・ランカスター)
1/20(土)午後2時から	上小松	アラン・ドロンのゾロ(1974年/アラン・ドロン)
1/21(日)午後2時から	立石	裸の大將放浪記 山下清物語(1981年/芦屋雁之助)
1/27(土)午後2時から	中央	長州ファイブ(2006年/松田龍平)
1/28(日)午後2時から	鎌倉	用心棒(1961年/三船敏郎)

いずれも直接会場へ。