



40歳以上のかたの 基本健康診査

40歳以上のかたの「基本健康診査」「前立腺がん検診」「大腸がん検診」などを実施しています。11月末までに市内医療機関で受診しましょう。詳しくは、広報あきた7月6日号をご覧ください。

訂正とおわび 広報あきた7月6日号15～17ページ「40歳以上のかたの基本健康診査を受けられる病院・医院」で、誤りと追加がありました。正しくは右記のとおりです。

問い合わせ 保健予防課tel(883)1176

外旭川病院(外旭川)...受け付けは月～金曜日の午前9時～正午。詳しくは電話で確認をtel(868)5511

銭谷内科胃腸科クリニック(川尻)...受け付けは月・火・木・金曜日の午前8時45分～正午、午後3時～6時、水・土曜日の午前8時45分～正午。tel(838)7700

笹原内科医院(大町)...受け付けは月～金曜日の午前9時～午後零時30分、午後3時～5時、土曜日の午前9時～11時30分。第2土曜・日曜、祝日は休診。大腸がん精密検査可。tel(862)2575

小松内科クリニック(御野場)...受け付けは午前8時30分～正午、午後3時～5時30分。tel(839)9880

— あなたのとなりに
元気な笑顔 ♪

健康

自殺予防の無料電話相談

ひとりで悩まず、まず話してみませんか。「いのちの電話」相談員が対応します。県健康推進課tel(860)1423
フリーダイヤルtel0120-735256
(7月31日(火)までの正午～午後6時)

健康



はつらつ情報

全市一斉市民ラジオ体操のつどい

ラジオ体操指導員によるラジオ体操第1・第2の実技指導。7月26日(木)午前6時～7時、各小学校のグラウンド(雨天時は体育館)で。直接各会場へどうぞ。なお、地区により日程が変わる場合があります。詳しくはスポーツ振興課へ。tel(866)2247

エンジョイスports教室

スポーツ吹矢に挑戦！先着各30人。
対象 / 20歳以上のかた 日時 / 8月9日(木)・16日(木)、午前10時～正午、21日(火)午後1時30分～3時30分、22日(水)午後7時～9時 会場 / 市立体育館 保険料 / 1回30円
申し込み 7月23日(月)午前9時からスポーツ振興課tel(866)2247

レッツ！バドミントン

小・中学生が対象です。7月30日(月)～8月1日(水)、午前9時～10時30分、西部公民館で。無料。先着20人。
申し込み 7月23日(月)午前9時から西部公民館tel(828)4217

初心者水泳教室

対象 / 20歳以上のかた
日時 / 8月3日(金)・17日(金)・24日(金)・31日(金)、午前10時45分～午後零時15分 会場 / サンライフ秋田 受講料 / 3,360円 定員 / 先着20人
申し込み 7月24日(火)午前10時からサンライフ秋田tel(863)1391

市民スポーツ祭・バスケットボール

会場は土崎体育館と市立体育館。参加費1人1,000円。申し込みは7月31日(火)まで、市バスケットボール協会の佐々木さんtel(833)2650
日時 / 9月8日(土)・9日(日)、12月15日(土)・16日(日)、午前9時～

健康のつどい休止のお知らせ

毎年10月の体育の日に実施している「健康のつどい・ニュースポーツ交流会」は、今年度は秋田わか杉国体開催期間中のため実施しません。ご了承ください。スポーツ振興課 tel(866)2247

いきいきサロン

おおむね60歳以上のかたが対象です。懐メロショー。7月26日(木)午前10時～正午、飯島老人いこいの家で。無料。直接会場へ。詳しくは飯島老人いこいの家tel(845)3692

けやき大学・充実生活講座

60歳以上のかたが対象です。食生活、秋田県の産業などを学びます。無料。
日時 / 9月6日(木)から10月末までに5回、午前10時～正午 会場 / 市老人福祉センター 定員 / 30人(抽選)
申し込み 8月3日(金)まで、市社会福祉協議会tel(862)7445(平日の午前10時～午後3時)

西部地区健康のつどい

新屋・勝平・下浜・豊岩・浜田地区のかたが対象です。健康運動指導士の柴田栄宜さんが「メタボリック症候群を予防する運動」をテーマに講

演。無料。直接会場へ。詳しくは市保健所保健予防課tel(883)1178
日時 / 7月31日(火)午前10時20分～正午 会場 / アトリエももさだ

みなと健康講座

健康講話、骨密度測定など。夜は花火鑑賞も。7月28日(土)午後2時～、五十嵐記念病院(土崎港中央一丁目)で。無料。直接会場へどうぞ。詳しくは五十嵐記念病院tel(845)8102

健康は食事から～ 料理教室へどうぞ

男の料理(酒のおつまみ) 栄養バランスのとれた料理が簡単に作れます。
日時 / 8月7日(火)午後7時～8時30分 会場 / 河辺総合福祉交流センター 材料費 / 500円 定員 / 先着20人(男性)
申し込み 7月23日(月)午前9時から河辺公民館tel(882)5311
夏バテ解消！エスニック料理 30歳代までのかたが対象。焼きビーフンなど。材料費700円。先着20人。
日時 / 8月9日(木)午後6時30分～8時30分 会場 / サンパル秋田
申し込み 7月23日(月)午前9時から市勤労青少年ホーム△tel(824)5378
テルサの料理教室 秋田テルサで開きます。時間は午前10時から(は午後6時から)。受講料1,900円(は1,700円)。定員各24人。
イタリア料理 7月25日(水)
手作り豆腐 7月27日(金)
絵巻寿司 7月28日(土)
和食おもてなし料理 8月1日(水)
お盆のお菓子 8月3日(金)
申し込み 秋田テルサtel(826)1800

乳がん検診

視触診とマンモグラフィ検査

視触診検査とマンモグラフィ(乳房X線撮影)検査を併用することで、より精密な検査ができ、乳がんの早期発見に効果的です。

撮影場所により申し込み先が異なります。ご注意ください。保健予防課tel(883)1176

対象 平成20年3月31日現在
40歳以上で偶数歳の女性

料金 40歳代のかた...2,900円
50歳以上のかた...2,300円

マンモグラフィ
(乳房X線撮影機)

注意事項

- ▶ マンモグラフィ検査、視触診検査の片方だけの受診はできません
- ▶ 健康保険証など、年齢を確認できるものをお持ちください
- ▶ 生理の前の受診は避けてください
- ▶ 妊娠しているかたは主治医にご相談ください
- ▶ 各撮影所には定員があります。お早めに申し込みを

料金が無料になるかた

- ・76歳以上のかた
- ・市民税非課税世帯のかた...市民税課、土崎・新屋支所、アルヴェ市民サービスセンター、河辺・雄和市民センター、岩見三内・大正寺連絡所で発行する平成19年度の市民税・県民税(所得・課税)証明書をお持ちください。なお、「検診のため」とお話しくださいれば、発行手数料はかかりません。
- ・生活保護世帯のかた...「医療のしおり」をお持ちください。



撮影場所によって申込先と受診方法が違います

市保健センター 秋田テルサ
県総合保健センター 土崎公民館
美術工芸短大のアトリエももさだ
中通健康クリニック 中央健診センター(大川反)を利用するかた

市保健所保健予防課へお申し込みくださいtel(883)1176

7月20日(金)から10月25日(木)まで、住所、氏名、生年月日、日中連絡がとれる電話番号と、右のマンモグラフィの撮影日程から希望日時・場所を第3希望まで選んで、保健予防課へご連絡ください。

申し込み後の流れ

受診券が届きます
受診券に同封の「視触診検査受託医療機関一覧表」から、視触診検査を受ける医療機関を選んで予約します
受診券に記載の日時・場所でマンモグラフィ検査を受けます
視触診検査を で予約した医療機関で受けます
検診の結果は後日、郵送で届きます

あきた乳腺クリニック

秋田赤十字病院
市立秋田総合病院 中通総合病院
秋田組合総合病院を利用するかた

直接、各病院へお申し込みください(あきた乳腺クリニックは保健予防課へ)。申し込み後の流れは、各病院にご確認ください。なお、視触診検査とマンモグラフィ検査は同日に行います。

マンモグラフィの撮影日程	市保健センター▶ 8月9日(木)・15日(水)~17日(金)・27日(月)・29日(水)・30日(木) 9月3日(月)・4日(火)・7日(金)・10日(月)・11日(火)・13日(木)・20日(木)・21日(金)・25日(火)・27日(木) 10月2日(火)~5日(金)・9日(火)~11日(木)・16日(火)	撮影受付時間 朝 【9:00~10:00】 午前 【10:30~11:30】 昼 【13:00~14:00】 午後 【14:30~15:30】
	秋田テルサ▶ 9月6日(木)・14日(金) 10月17日(水)	
	県総合保健センター(脳研センター隣り) ▶ 9月5日(水)・19日(水)	
	土崎公民館▶ 8月10日(金)・31日(金) 9月18日(火)・26日(水)	
	美術工芸短大のアトリエももさだ▶ 8月28日(火)	
中通健康クリニック▶ 8月27日(月)~10月31日(水)(土・日、祝日を除く) 【15:00~15:30 15:30~16:00】		
秋田県総合保健事業団中央健診センター(大川反) ▶ 8月25日(土)から10月27日(土)までの毎週土曜日【9:00~11:00】		

視触診検査の実施機関

検査期間は9月1日(土)~11月30日(金)。保健予防課から受診券が届いたら予約してください。

大町内科外科クリニック(大町) 木曽医院(外旭川) 山王レディースクリニック(山王) 設楽産婦人科内科クリニック(外旭川) 杉山医院(土崎) すずきクリニック(泉) 土崎レディースクリニック(土崎) 濱島医院(保戸野) 福田胃腸科クリニック(広面) 藤盛レディースクリニック(アルヴェ内) 村田産婦人科医院(土崎) あきた乳腺クリニック(広面) 市立秋田総合病院(川元) 秋田組合総合病院(飯島)

実施医療機関	マンモグラフィ・視触診検査受付時間	申し込み
あきた乳腺クリニック	8月2日(木)~11月30日(金)(水・日・祝日を除く) 【朝9:00~11:00、午前11:00~13:00、午後14:00~16:30(土曜日は13:00~15:00)】	7月20日(金)から保健予防課tel(883)1176
秋田赤十字病院 tel(829)5220	8月1日(水)~11月30日(金)の平日 【8:00~8:30】	7月20日(金)から(平日の午後2時~4時)
市立秋田総合病院 tel(823)4171	8月1日(水)~11月30日(金)の月・水・金曜日のみ(祝日は除く)【12:45~14:00】	7月25日(水)から(平日の午後3時~4時)
中通総合病院 tel(833)1122	8月1日(水)~11月30日(金)の平日【月・火・水・金は12:00、木は13:30に受け付け】	7月20日(金)から(平日の午後2時30分~4時30分)
秋田組合総合病院 tel(880)3013	8月1日(水)~11月30日(金)の平日 【9:00~11:00】	7月20日(金)から(平日の午後1時~2時)