

肺がん検診・結核検診のご案内

- ☆ 40歳～64歳の方は肺がん検診のみ対象です。
- ☆ 65歳以上の方はどちらか一方を選んで受診してください。

日程	検診会場	受付時間	対象年齢
肺がん検診 9/23（水）秋分の日	東公民館 （おもなわこども園隣り）	9:00～10:30	40歳以上の方
	西公民館 （わかば保育園内）	13:30～15:00	
肺がん検診 9/24（木）	ほーらい館 A会議室	9:00～11:00	
結核検診 9/25（金）～9/29（火）	午前、午後に分けて各集落を巡回します。		65歳以上の方



~ 喀痰細胞診検査廃止のお知らせ ~

厚生労働省はがん検診の指針を改正し、市町村が実施する肺がん検診から「**喀痰細胞診**」の中止を推奨しました。令和8年度をもちまして**喀痰細胞検査を終了いたします。**

~ へらすあっぷ大作戦 はじまります！ ~

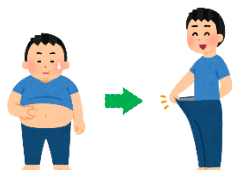


参加者募集！

8月19日～12月10日までの約4か月間実施します。多くのみなさんに参加いただき、ほーらい館を活用して、今より健康的にお腹ほっそりをめざしましょう！



- 申込期限● 8月19日（水）申込先 ☞ 伊仙町保健センター 86-2124
- 参加対象● 20歳～74歳 伊仙町在住者
- 特典● ★ほーらい館プログラム1教室 200円（通常800円）
（ほーらい館会員は無料です）



※各教室については、ほーらい館HPをご覧ください。ほーらい館 86-3319 へお問い合わせください。

- ★商品券 ※腹囲減少幅や教室参加回数に応じて贈呈します
- ★景品 ※得点が高い1位～3位の方

熱中症に注意！



伊仙町では暑さをしのぐ場所（クーリングシェルター）として「伊仙町役場」「ほーらい館」「中央公民館」「郵便局（伊仙、面縄、鹿浦、犬田布）」に設けています。熱中症対策としてご利用ください。予防対策をして、暑い夏を安全に過ごしましょう。

こまめな水分補給

のどが渇いていなくてもこまめに水分をとみましょう。



日傘や帽子の着用



外出時は日傘や帽子でしっかり紫外線と熱をカット！

塩分補給も忘れずに



汗で失われてしまう塩分もこまめに補給しましょう。

規則正しい生活をする

朝昼夜、3食バランスの良い食事を心がけ、睡眠もしっかりと！

