乳がん検診（未検者検診）のお知らせ

６月に実施した乳がん検診を受けることができなかった人を対象に、下記の日程で追加検診を実施します。自身の健康のために、ぜひ検診を受けましょう。
40歳以上は「前年度未受診者（受けていない人）」が対象となります。



●日時および会場

会場	日程	対象地区と受付時間		
		①９：00～９：30	②９：30～10：00	③10：00～10：30
総合ケアセンター南三陸（健診室）	11月７日(土)	志津川地区	戸倉地区 入谷地区	歌津地区

会場の混雑を避けるため、受付時間と対象地区を設定しておりますが、都合が悪い場合は他の時間帯で受けていただいて結構です。この場合の事前連絡は不要です。

●対象者および検診料金

項　目	対象者（年齢の基準日：令和９年３月31日時点）	料　金
超　音　波　検　査	30歳から39歳までの女性	1,000円
マンモグラフィ２方向	40歳から64歳までの前年度未受診の女性	1,500円
	41歳になる女性（クーポン券対象者）	無料
マンモグラフィ１方向	65歳から69歳までの前年度未受診の女性	1,000円
	70歳以上で前年度未受診の女性	無料

※生活保護受給者は無料で受けられます。

●当日の持ち物

①受診票　②検診料金　③マイナ保険証または資格確認書　④大きめのバスタオル
⑤乳がん検診無料クーポン券（昭和60年４月２日～昭和61年４月１日生まれの人）

※クーポン券は６月に受診票と一緒に送付しております。紛失した場合は再発行ができますので、保健福祉課健康増進係までお問い合わせください。
※③は当日受診票を持参しなかった場合に提示していただくことがあります。

問 保健福祉課　健康増進係　☎46-5113

秋の味覚を楽しもう！家族介護者交流クッキング

介護を行う介護者同士で集まり、悩みや不安など、日頃の思いを食事とともに語り合いましょう。
ぜひ、お気軽にご参加ください。

●**日　時**　11月20日(金）午前10時～午後１時
●**場　所**　総合ケアセンター南三陸　１階　研修室
●**対　象**　ご自宅で介護をしている家族
●**内　容**　調理実習　～食欲の秋！旬の食材を楽しもう♪～
●**調理実習材料費**　300円
●**持ち物**　エプロン、三角巾、眼鏡（必要な人）
●**申込み締切り**　11月12日(木)



問 地域包括支援センター　☎46-5588

ひきこもり居場所支援事業

マイスペースここてらす南三陸

「あなたが安心して行ける場所」を開設します。開設時間内であれば、いつ来ても、いつ帰っても良い、自由に過ごせる居場所です。スタッフや、参加メンバーと交流してみませんか。

●**日　時**　11月５日(木)、13日(金)、27日(金）午前10時30分～午後３時
●**場　所**　生涯学習センター（南三陸町志津川字新井田165-1）
●**対象者**　ひきこもりの状態にある義務教育終了後からおおむね50歳までの人
※初めて参加を希望する人は、事前に面接をさせていただきますので保健福祉課健康増進係までお申し込みください。
●**参加費**　無料
●**その他**　昼食は各自持参となります。

問 保健福祉課　健康増進係　☎46-5113

住民健診（未受診者健診）のお知らせ

“忙しくて受けている時間がない”健診は、そんなあなたが健康であることを確認できる機会です。
“お金がかかるのでは？”町で健診を受けると、医療機関で受けるより少ない自己負担で健診を受けることができます。今年の健診がお済みでない人は、ぜひこの機会に受診しましょう。

集団健診

●**日　時**　11月15日(日)　受付時間：午前８時30分～11時
午後１時～２時
●**場　所**　総合ケアセンター南三陸１階　健診室
●**持ち物**　マイナ保険証または資格確認書、検査料金、受診票

項　目	対　象	料　金
特　定　健　診	40～74歳の国民健康保険加入者、社会保険などの被扶養者 ※社会保険などの被扶養者で「受診券」がない人は、特定健診を受けられない場合があります。あらかじめ保険者へ確認してください	無　料
後期高齢者健診	75歳以上の人	無　料
循　環　器　健　診	16～39歳の人	無　料
肝炎ウイルス検査	40～75歳で過去に町が実施した肝炎ウイルス検査を受けていない人	500円 ※40・45・50・55・60・65・70～75歳・生保は無料
前立腺がん検診	50歳以上の男性	500円 ※70歳以上・生保は無料
結核・肺がん検診	40歳以上の人 ※肺がんＣＴ検診（対象は50～75歳）を受けた人は受けられません。	無　料

※受診票をお持ちでない人は、当日会場でお申し出ください。

問 健診に関すること：保健福祉課　健康増進係　☎46-5113
国民健康保険・後期高齢者医療保険について：町民税務課　医療給付係　☎46-1373

ひきこもり・思春期専門相談

ひきこもりの問題を抱えているご本人や心配しているご家族に対して精神科医による専門相談を行います。

●**日　時**　11月19日(木）①午後１時30分～２時15分
②午後２時30分～３時15分
③午後３時30分～４時15分
●**場　所**　気仙沼保健福祉事務所
●**相談医**　宮城県精神保健福祉センター　小原医師（精神科医）
●**申込方法**　要予約（事前に相談内容をうかがいます）
※11月12日(木)までに下記へお申し込みください。



問 宮城県気仙沼保健福祉事務所　母子・障害班　☎21-1356

ひとりで悩まず相談してみませんか？こころの健康相談

●**日　時**　11月17日(火）午後２時～４時
●**場　所**　総合ケアセンター南三陸
●**相談内容**　眠れない、心が疲れてしまった、イライラする、気持ちが落ち込んでいる、人とうまくかかわれない、やる気が起きない、病院へ受診しようか迷っているなど、ご本人またはそのご家族からの相談をお受けします。
●**相談医**　光ヶ丘保養園　新階医師（精神科医）
●**申込方法**　要予約（事前に相談内容をうかがいます）
※11月10日(火)までに下記へお申し込みください。

問 保健福祉課　健康増進係　☎46-5113