



子宮頸がんを防ごう！ -HPV ウイルス検査の意義-

シャインキャンペーン

美しく健康な女性をめざして

9/23 (土)

14:30~16:00

開場 14:00 ~

コミュニティ

センター

簡単で分かりやすいがんセミナーのほか、楽しいイベント盛りだくさん！参加費無料。

お気軽にお越しください。【詳細】一般社団法人ピーキャフ PCAF ☎ 303-7311

イベント内容

■ 子宮頸がんセミナー【14:45~15:00】

(札幌西孝仁会クリニック婦人科がんセンター長・PCAF 理事 寒河江悟医師)

■ パネルディスカッション【15:00~15:15】

(寒河江悟医師、HBC ラジオパーソナリティ 斉藤こずゑさん、中野智樹さん)

■ あなたに似合う色がわかる「パーソナルカラーセミナー」【15:25~15:50】

(カラーコーディネーター・色彩心理カウンセラー・ペルレクリュ代表 斎藤珠代さん)

■ 無料ハンドマッサージ【14:00~16:00】

(ノエビアビューティーサロン green+cafe)

■ 抽選会【15:50~16:10】 ※抽選券は 14:00 ~ 受付で配布

(日本ハムファン感謝デーチケット、図書カードなど)



寒河江悟医師



斉藤こずゑさん



中野智樹さん

主催：一般社団法人ピーキャフ PCAF 共催：保健センター

えべつ市民健康づくりプラン 21

健康一口メモ

乳がんについて詳しく知ろう！

定期的な検診で早期発見

乳がんは 40 ~ 50 代の女性が多くかかる病気で、11 人に 1 人が発症するといわれています。

市で実施する乳がん検診はマンモグラフィ検査で、プラスチックの板で乳房を圧迫して X 線撮影します。

がんが一定の大きさになっていない場合や乳腺密度の高い「高濃度乳房」の方、若い人の場合はマンモグラフィ検査では分かりにくいことがあります。しかし、マンモグラフィ検査は、自己チェックでは発見できないしこりや、石灰化のある小さな乳がんの発見に適しており、がんを判断できる精度は 80% 前後といわれています。「死亡率を減少させることが科学的に証明された」有効な検診です。

40 歳以上の女性は 2 年に 1 回定期的に受診しましょう。

江別市の乳がん検診の受診率は？

平成 28 年度の受診率は 20.7% でした。対象者の 5 人に 1 人しか受けていないことになります。

早期に発見できれば治療に時間がかからず、心身の負担も最小限に抑えられます。発見が遅れるほど再発の不安や経済的負担も大きくなります。忙しいからと検診を後回しにしないようにしましょう。

10 月は乳がん月間！日曜日に乳がん検診を受けよう！

マンモグラフィ・サンデー

10/15 (日) 溪和会江別病院 先着 50 名 ☎ 382-1111

江別市立病院 先着 60 名 ☎ 382-5151

◎ 市の助成対象者

現在 40 歳の方、41 歳以上で元号の生まれ年が奇数年の方。市の助成対象外の方は各医療機関に問い合わせ。

◎ 自己負担額 ※ () 内は江別市国保加入者の自己負担額

40 ~ 49 歳 1,400 円 (700 円)、50 歳以上 1,200 円 (600 円)

◎ 申込方法

9/15 (金) ~ 10/13 (金) に各医療機関へ直接電話で「マンモグラフィ・サンデーを受けたい」と申し込み。

【詳細】保健センター ☎ 385-5225

救急医療教室 ~正しい知識があなたと家族を守る~

「救急の日 (9/9)」にちなみ、講演と AED、心肺蘇生法の実技指導を行います。申込不要、無料。

ぜひ、ご家族でお越しください。

9/9 (土) 10 時 ~ 12 時 30 分

消防本部 3 階多目的ホール

【詳細】保健センター ☎ 391-8036



10/22

(日)

健康都市宣言記念イベント開催予定！！

詳しくは広報えべつ 10 月号で

coming soon!

パラスポ in Ebetsu2017



アルペールビルをはじめ3回の冬季五輪で活躍した元アルペンスキー選手の川端絵美さんをゲストに招きトークショーを行うほか、さまざまなパラスポーツの体験、デモンストレーションなどを行います。

次期パラリンピックの前に体験できるチャンスです。お気軽にお越しください。

会場… 市民体育館

日時… 9月16日(土) 10時～15時

対象… 市内の障がい者(児)、高齢者ほかどなたでも参加可能。

服装… 上靴持参。動きやすい服装で。

料金… 無料

【詳細】 パラスポ in えべつ実行委員会

☎ 080-4500-9352 (小川さん)

スポーツ課 ☎ 381-1061



9月16日(土) パラスポ in Ebetsu2017 で小型家電を回収します

2020年に東京で開催されるオリンピック・パラリンピック競技大会の入賞メダルに、不要になった小型家電に含まれる金・銀などが活用されます。

江別市はこの取り組みに参加し、パラスポ in Ebetsu2017(会場:市民体育館)で小型家電を回収します。

ご協力いただける方は、9月16日(土) 10時～14時30分に会場までお持ちください。回収品目はパソコン(ノート型含む)、スマートフォン、タブレット、携帯電話のみ。

【詳細】 廃棄物対策課 ☎ 383-4211、市ホームページ、日本環境衛生センターのホームページ(「都市鉱山 リサイクル」で検索)をご確認ください。

主催:東京2020組織委員会・環境省・日本環境衛生センター・NTTドコモ・東京都

ペットとの暮らしは、心身の健康に大きな影響を与えます。特にお子さんのいる家庭では命の大切さを理解し相手を思いやる心を育てたり、家族のコミュニケーションが豊かになったりと、大きな効用があります。

この機会に色々な動物と触れ合ってみませんか。

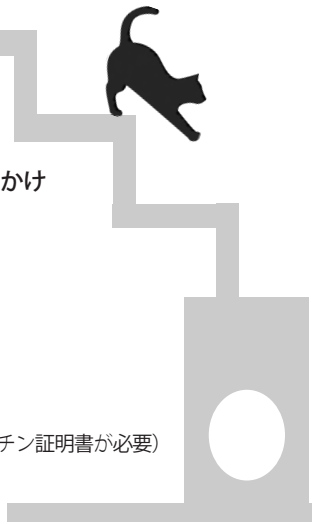
今年は「動物との楽しい暮らし」をテーマに、人と動物が楽しく暮らす方法を提案します。

9/24(日)
10:00~15:00
酪農学園大学
ローン広場

動物愛護フェスティバル in えべつ
「動物との楽しい暮らし」

イベント内容

- ワンワン運動会
- 盲導犬との歩行訓練
- ワンコとクルマでお出かけ
- ドッグダンス
- セラピー犬模擬テスト
- ペットと暮らす家作り
- マイクロチップ装着
- つめきり、耳掃除
- ドッグラン
(狂犬病注射済票、混合ワクチン証明書が必要)
- ポニー乗馬体験
- 子牛の哺乳体験
- 羊とのふれあい体験
- バター作り体験
- 獣医さん体験
- 札幌国際情報高校のダンプレ



各種サンプルの配布もあるよ！
ペットと参加しよう

雨天決行。
ペットの入場は一人2匹まで。
大学生協食堂の臨時営業あり。

【詳細】 市民生活課 生活衛生係 ☎ 381-1094
野幌南どうぶつ病院(松尾) ☎ 381-3321



9/30(土)
10:00~13:00
しのつ河畔林

しのつ河畔林
親子自然セミナー

酪農学園大学 宮木雅美教授と一緒に自然の不思議さ、面白さを体験しませんか。

対象…小学生と保護者

料金…無料。昼食付

定員…先着40名

申込…9月1日(金)9時より電話、ファクス、メールで受付開始。代表者の住所、電話番号、参加者全員の氏名、年齢、送迎バス利用の有無を記入し9月20日(水)までに申込。

【申込・詳細】 草野河畔林トラスト財団 ☎ FAX 381-0550

メールは下記QRから

申し込み

申し込み

申し込み

申し込み

申し込み

申し込み

