

早期発見 早期治療のための **がん検診**

がんは日本人の死因第1位の病気です。約2人に1人が「がん」にかかる可能性があるとわれ、新宿区でも毎年800人近い方が「がん」で亡くなっています。一方で、多くの研究成果から、生活習慣の見直しで「がん」にかかるリスクが低くなる事が分かってきました。

また、がんは、早期のうちには自覚症状がないため、早期発見・早期治療のためのがん検診の受診が必要です。定期的ながん検診を受診し、がんの早期発見につなげましょう。

【問合せ】健康づくり課健診係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)4207・FAX(5273)3930へ。

受診期間

令和3年3月31日(水)まで
(胃内視鏡検査は1月31日(日)まで)

受診場所

区の指定医療機関

※新宿区ホームページに実施医療機関一覧を掲載しています。

◆ **新型コロナウイルス感染拡大防止にご協力をお願いします** ◆

- 受診の際は、発熱等の症状がないことを確認してください。
- マスクを着用してください。
- 各医療機関の感染予防策にご協力ください。

区が実施しているがん検診



下記のがん検診を区の補助により、自費で受診する場合の1割程度の金額で受診できます。

しんじゅく健康フレンズ・こころ

胃がん検診

【対象】50歳以上(昭和46年3月31日までに生まれた方)

【内容・費用】

- ▶①胃内視鏡検査…2,000円
- ▶②胃部エックス線検査…1,900円
- ※①②いずれかを選択して受診できます(②は40歳～49歳の方も受診可)。①を受けた翌年度は区の胃がん検診は受けられません。

子宮頸がん検診

【対象】20歳以上(平成13年3月31日までに生まれた方)で偶数年齢の女性

※奇数年齢で令和元年度に検診を受けていない方も受診できます。

【内容・費用】頸部細胞診…900円

乳がん検診

【対象】40歳以上(昭和56年3月31日までに生まれた方)で偶数年齢の女性

※奇数年齢で令和元年度に検診を受けていない方も受診できます。

【内容・費用】マンモグラフィ…800円

大腸がん検診

【対象】40歳以上(昭和56年3月31日までに生まれた方)

【内容・費用】便潜血検査…600円

肺がん検診

【対象】40歳以上(昭和56年3月31日までに生まれた方)

【内容・費用】

- ▶①胸部エックス線…900円
- ▶②胸部エックス線検査と喀痰細胞診…1,200円
- ※②は50歳以上で、1日の喫煙本数×喫煙年数(過去の喫煙含む)が600以上の方が対象です。

前立腺がん検診

【対象】50歳以上の男性(昭和46年3月31日までに生まれた方)

【内容・費用】PSA検査(血中のPSA値を調べる採血検査)…200円

※他の5つのがん検診とは異なり、自治体が実施するがん検診として国が示す指針外の検診です。

がん検診受診の流れ



しんじゅく健康フレンズ・菜々

がん検診票を用意

※令和2年度特別区民税非課税世帯の方は、事前の手続きで費用が免除されます。

検診票は対象者あてに健康づくり課健診係からすでに郵送しています。検診票をお持ちでない方は、電話等で健康づくり課健診係へ請求してください。

医療機関に予約

検診票に同封している「健康診査・がん検診のご案内」に医療機関一覧を掲載しています。

受診

問診欄を記入した検診票と健康保険証等を受診日にお持ちください。

後日、医師から結果説明

異常なし

定期的に検診を受けましょう。

要精密検査

精密検査(保険診療)を受けましょう。

精密検査の手順や検査を受けられる医療機関は、がん検診の結果説明時に医療機関からお知らせします。

がん検診と合わせて

5つの生活習慣でがん予防を



しんじゅく健康フレンズ・ケンゾウ

国立がん研究センターの調査によると、以下の5つの生活習慣の多くを実践する人ほど、がんになるリスクが低くなるということが分かっています。

- 禁煙……………たばこは吸わない。また、他人のたばこの煙を避ける
- 節酒……………節度のある飲酒を心掛け、飲めない人は無理をしない
- 食生活を見直す……………減塩を心掛け、野菜や果物を積極的にとる
- 適正体重の維持……………太りすぎ・やせすぎにならないよう食事の量を調整する
- 体を動かす……………家事や仕事等、日常生活の中で積極的に体を動かす

プレイパークで遊ぼう

自分の責任で自由に遊ぶ子どもの遊び場「プレイパーク」は区民の皆さんが自主的に活動し、活動経費の一部を区が助成しています。

木に登ったり、道具を使って新しい遊びに挑戦したり、やってみたいと思うことにチャレンジしてみませんか。

【問合せ】子ども家庭支援課子育て支援係 ☎(3232)0695・FAX(3232)0666へ。



手づくりのツリーハウスで自由な遊びをする子どもたち

プレイパーク名	活動場所	問い合わせ先
新宿・戸山プレイパークの会	都立戸山公園大久保地区のびのび広場(大久保3-5)	☎090(1846)8004
四谷冒険あそびの会	みなみもと町公園(南元町20)	☎080(5092)9419
	若葉公園(若葉3-4)	
西新宿冒険あそび・わんぱーく	新宿中央公園(西新宿2-11)	☎090(7949)2379
落合プレイパーク	西落合公園(西落合2-19)	☎090(4451)3762
	落合中央公園(上落合1-2)	
白銀公園プレイパーク(上記の4団体が共同で開催)	白銀公園(白銀町3)	☎090(7241)9359

※活動日時は各団体へお問い合わせください。
※活動内容は場所により異なります。