



元気なあなたにこそ！受けてほしい「がん検診」

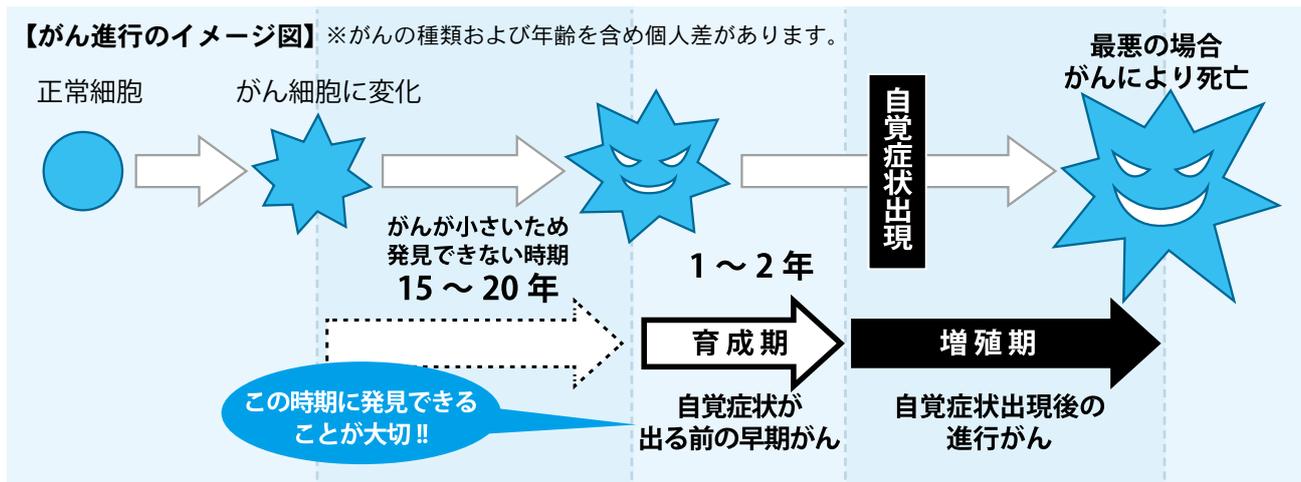
牛久市では、国により科学的に死亡率減少効果が証明されている5つのがん検診を実施しています。

日本では2人に1人ががんになり、3人に1人ががんで亡くなっているといわれています。自覚症状がない元気なうちに、継続して受けることで早期発見・早期治療につながります。あなたの命とあなたの大切な人の命を、がん検診を受けることで守りましょう。



がん検診は、ズバリ、自覚症状がない段階での早期発見・早期治療につながります！

ほとんどのがんは、早期には自覚症状がなく、自覚症状が出た段階では、がんが進行しているといわれています。早期に発見し、治療すれば、がんは約9割完治します。早期発見のためにがん検診を毎年受けましょう。



市ではがん検診を下記の自己負担金で受診できます!!

検診内容	対象者 (年齢基準日H31.3.31)	自己負担金	
		集団検診	医療機関検診
胸部検診(結核・肺がん)	30~64歳	510円	1,130円
	65歳以上	無料	
胃がん検診(バリウム)	40歳以上	1,540円	2,870円~
胃がん検診(内視鏡)			7,500円~
胃がんリスク検査※		41・46・51歳で初回受診者のみ無料	1,380円初回受診者のみ
大腸がん		610円	
前立腺がん	50歳以上男性	1,000円	
乳がん(エコー)	30~65歳女性	1,020円	
乳がん(マンモ)	40歳以上隔年女性	40代:1,330円	50代:1,020円
子宮がん	20歳以上女性	1,230円	2,050円

※詳細は牛久市健康づくり情報・年間予定表「すこやか」または牛久市ホームページをご覧ください。

いきいき茨城ゆめ国体・いきいき茨城ゆめ大会

開・閉会式オープニングプログラム 出演団体募集



いばラッキー



応募期間 8月10日(金)まで

2019年に開催される「いきいき茨城ゆめ国体」「いきいき茨城ゆめ大会」の開・閉会式のオープニングプログラムにおいて、茨城の伝統芸能や文化活動などを実演していただく団体を募集します。
※県内に活動拠点があり、県内での活動実績がある団体であることなど、募集要項に記載されている項目を全て満たすことが出演条件となります。詳しくは、下記ホームページをご覧ください。

公式ホームページ <https://www.ibarakikokutai2019.jp/>

問 県国体・障がい者スポーツ大会局 競技式典課 ☎029-301-5373、FAX 029-301-5398



国体ボランティアも
募集中!

牛久市実行委員会では、今年開催されるリハーサル大会、2019年に開催される国体本大会のボランティアを募集しています！詳しくは市ホームページ (<http://www.city.ushiku.lg.jp/page/page006927.html>) をご覧ください。

問 牛久市実行委員会事務局(国体推進課) ☎内線3031~3033、FAX 873-2512



消費生活の窓

ご相談は牛久市消費生活センターへ

相談日 月～金曜日

(午前9時～午後4時)

問 牛久市消費生活センター

☎830-8802

悪質業者 ゲキタイ法!

優しい声でかかってくるセールス電話。なかなか切れずに「はい」「はい」と話を聞いているうちに、いつの間にか契約したことにされていた。また、断つても帰ってくれないのでしかたなく契約してしまつた。このような相談が多くセンターに寄せられています。では、どうすればいいのでしょうか?

電話勧誘対策

- ① 勧誘とわかつたら「失礼します」とさつさと切る。断る理由は必要ありません。
- ② 「話だけでも」には、「注意を!」
- ③ 「必ずもうかる」「損を取り戻せる」など甘い話にはのらないで!
- ④ 聞かれても、自分や家族のことは話さない。
- ⑤ 「必要ありません!」とハッキリ言いましょう。
- ⑥ 常時留守番電話にしておくことをお勧めします。

訪問販売対策

- ① 玄関の鍵は家においておかけておく。
- ② 「どなた」「何の用?」しっかりと聞こう身分と用件!
- ③ 「無料」「タダ」には「ご用心!」
- ④ 知らない人や、わからない用件は絶対ドアを開けない!
- ⑤ しつこい時は「帰ってください」とハッキリ、きっぱり大きな声で!

NO!

