

乳がんの集団検診を実施します

乳がんは、日本人女性の9人に1人がかかるといわれており、年々かかる人の割合が増えています。一方で、乳がんは早期に発見して治療すれば治る確率が高いがんといわれています。市では、乳がんの集団検診を下記のとおり実施します。対象となる人には受診券を送付しています。

【いきいき健康課】

●集団検診の日程と実施場所

日程	実施場所
9月13日(金)	紀見北地区公民館
9月24日(火)	紀見地区公民館
9月27日(金)	保健福祉センター
9月29日(日)	
10月1日(火)	高野口地区公民館
10月2日(水)	保健福祉センター

●受付時間

午後1時～3時
 ※9月29日(日)は、午前8時30分～11時
 ※申込状況により、受付時間を調整する場合があります。

●対象

本年度40歳以上の女性（受診券が必要です）
 ※乳がん検診は2年に1回対象となります（乳がん検診無料クーポン券をお持ちの方は連続受診可）。

●内容 問診、マンモグラフィ検査



●費用

500円（受診日で70歳以上の人や、乳がん検診無料クーポン券をお持ちの人、生活保護を受けている人*は無料）
 ※生活保護受給証明書の提示が必要です。

●申込方法

電話またはLINE（右の二次元コード）から申し込んでください。後日、案内と問診票を送付します。



●申し込み・問い合わせ

いきいき健康課 ☎33-6111

集団検診以外で検診を希望する場合

下記の医療機関へ直接申し込んでください。

●実施医療機関

紀和クリニック、橋本市民病院、鎌田医院田園診療所、はた乳腺クリニック

●費用

1,000円（受診日で70歳以上の人や、乳がん検診無料クーポン券をお持ちの人、生活保護を受けている人*は無料）

乳がん早期発見のための生活習慣「ブレスト・アウェアネス」

「ブレスト・アウェアネス（Breast Awareness）」とは、日ごろから乳房の状態を意識する生活習慣です。乳がんの早期発見・早期治療につなげるために、心がけましょう。

4つのポイント

- ①自身の乳房の状態を知る
例）パスタタイムや着替え、就寝前など、日常的にセルフチェックを行いましょ。
- ②乳房の変化に気を付ける
- ③変化に気が付いたらすぐに医師に相談する
- ④40歳になったら、2年に1回乳がん検診を受ける

セルフチェックを習慣に！

①両腕を上げてチェック

正面、側面、斜めから、くぼみ・ひきつれ・乳頭のへこみや湿疹などを調べましょ。



②触ってチェック

指の腹で乳房全体を触り、しこりがないか調べましょ。



③乳頭のチェック

乳頭を軽くつまみ、血のような分泌物が出ないか調べましょ。



「推進ポイント」が始まります

7月にスタートした「さんかくポイント」に引き続き、市が注力する事業について知っていただき、協働のきっかけとしていただくために、8月から「推進ポイント」としてデジタル地域通貨 Hashi-Mo の付与を行います。付与されたポイントは市内の登録店舗でご利用いただけます。

【政策企画課】



▶令和6年度 推進ポイント付与事業

①特定健診の受診（いきいき健康課）

特定健診、脳ドック受診など、指定の条件を満たした人の中から抽選でポイントを付与します。

②防災マイタイムライン作成（危機管理室）

市公式LINEにてマイタイムラインの項目を追加し、かつ会員コードを入力した人の中から抽選でポイント付与します（9月開始予定）。

③生ごみリサイクルポイント付与（生活環境課）

家庭の生ごみを電気式処理機で処理し、市役所へ持ち込んでいただいた人へポイントを付与します。

※もらえるポイント数や内容などについては市ホームページ（右の二次元コード）をご確認ください。



地域通貨 Hashi-Mo がもらえる事業は、このマークが目印！



●「さんかくポイント」との違いは？

市が指定するボランティアや講座などに実際に参加してもらえるのが「さんかくポイント」、市が注力する事業に取り組むことでもらえるのが「推進ポイント」。受け取った地域通貨 Hashi-Mo は区別なくご利用いただけます。

●ポイントをもらうには？

地域通貨アプリ「chiica」が専用カードをお手元にご用意ください。詳しくは広報はしもと6月号または市ホームページをご覧ください。

▶問い合わせ 政策企画課 ☎33-1576

避難行動要支援者登録制度

橋本市内に居住する在宅者のうち、ひとりで避難することが難しい人を「避難行動要支援者」と言います。避難行動要支援者の名簿を市で作成して区長・自治会長、民生委員・児童委員などへ提供し、災害時に安否確認や避難誘導を迅速に行えるよう、日ごろからの声かけ、見守りなどに活用していただく制度です。

【危機管理室】



▶名簿対象者

- 市内に居住する在宅者のうち、次の要件を満たす人
- 要介護3以上の認定を受けている人
 - 身体障害者手帳1級、2級または下肢、体幹、移動機能障害3級を有する人
 - 療育手帳のA1、A2を有する人
 - 精神障害者保健福祉手帳1級、2級を有する人
 - 人工呼吸器・在宅酸素・吸引器などを使用している難病患者で、和歌山県から情報提供があった人
 - 独居（日中独居含む）の高齢者
 - その他支援が必要と思われる人
- ※対象者の同意や申請により、名簿に登録されます。

▶注意事項

地域での支援体制が整っていない場合は、支援を受けることが難しいことをご理解ください。また、必ず助けてもらえることを保証する制度ではありません。

▶問い合わせ

- 障害者手帳を交付されている人 福祉課 障がい福祉係 ☎33-3708
- 65歳以上の高齢者 いきいき健康課 高齢福祉係 ☎33-3705
- 上記以外の人、その他制度に関する相談 危機管理室 ☎33-6105