

女性のための健活イベント

乳がん検診を受診しよう！



11月7日(水)

10:00~16:00

[受付 10:00-15:15 検診時間 10:30-15:30(12:00-13:00除く)]

アリオ八尾「オレンジコート」

〈参加費：無料！〉

本日のイベント内容

◆ 乳がん検診を受診しよう！（先着順35人~50人程度）

- ▶ 対象は、八尾市、柏原市、東大阪市の乳がん検診受診対象者です。
詳細は裏面をご覧ください。
- ▶ 検診場所は「交通広場」（検診車内）になります。
- ▶ 定員になり次第、受付終了します。

◆ パネル展示 “健活10、はじめましょ！”

- ▶ パネル&乳がん自己触診モデルをはじめ、皆さんに取り組んでいただきたい10の健康づくり活動をPRします。

◆ フレイル(*)チェック、お肌チェック

- ▶ 握力・骨密度の測定やお肌のチェックを無料で実施します♪
 - ▶ ご参加いただいた方全員に協賛企業等から素敵なプレゼントを提供予定！
- *フレイルとは、高齢になって心身の活力が落ちた状態



©2014 大阪府もずやん

府民の皆さまへ

このたび、“大型商業施設”（アリオ八尾）と、その近隣自治体とのコラボにより、ご来店の皆さまに「がん検診の重要性を知ってほしい」「気軽にがん検診を受診できる場を創出したい」、そんな思いで、本イベントを実施することになりました。一人でも多くの皆さまに立ち寄っていただき、がん検診の重要性を知る契機となれ幸いです。

実施団体一同

共催：八尾市・柏原市・東大阪市・大阪府

協力：（公財）大阪府保健医療財団大阪がん循環器病予防センター、株式会社キリン堂

協賛：ヤクルトヘルスフーズ株式会社

乳がん検診受診率向上モデル事業

I 乳がん検診の受診にあたって（注意事項）

- ▶ 対象者は八尾市・柏原市・東大阪市の40歳以上女性(H30.4.1以降に受診した方を除く)で下記条件を満たす方
 - 八尾市…西暦で偶数年、昭和で奇数年生まれの方
 - 柏原市…西暦で偶数年、昭和で奇数年生まれの方
 - 東大阪市…平成30年4月1日現在偶数年齢の方
- ▶ **先着順受付・無料!**
- ▶ 検診内容は、**視触診&マンモグラフィー**になります（検診時間：15分程度）。
- ▶ 受付後、問診票に必要事項を記載のうえ、保健師（又は看護師）による問診を受診していただきます。
- ▶ 問診の結果、次に該当される方は受診できませんので、ご了承ください。
 - 妊娠中及び妊娠の可能性のある方 ● 豊胸手術をされた方 ● ペースメーカー・V-Pシャントを装着中の方
 - 授乳中の方又は断乳後1年未満
- ▶ 乳がん検診の受診をご希望のお客様で、アリオ八尾開店前にお越しの場合は、1階「光町交差点側入口」にお並びください。
- ▶ なお、本キャンペーンは、大阪府における「健活10」の取組みの一環として無料で実施します（通常の乳がん検診の場合、お住まいの市町村により、自己負担がある場合があります）。

II フレイル(※)チェック・お肌チェック

- ▶ お肌のチェックや握力・骨密度の無料測定を通じて、健康に関心を持ちましょう♪
- ※フレイル…高齢になって心身の活力が落ちた状態

III がん検診について

- ▶ がん検診の実施主体は、皆さまがお住まいの市町村になります。
- ▶ 市町村では「乳がん」をはじめ、「肺がん」「胃がん」「大腸がん」「子宮頸がん」の検診を実施しています。
- ▶ 詳細については、**お住まいの市町村にお問い合わせください（実施日・対象年齢・自己負担の有無等）。**

健活10（ケンカツテン）とは？

生活習慣の改善や生活習慣病の予防等に向け、府民の皆さんに取り組んでもらいたい「10の健康づくり活動」のこと。

皆さん、できることから始めてみませんか？

* 太線は本キャンペーンのプログラム内容になります。

1 健康に関心を持ちましょう 	2 朝ごはん&野菜をしっかり食べましょう 1日に野菜 350g以上 	3 日頃から体を動かし運動しましょう 1日の目標 男性 9,000歩 女性 8,000歩 	4 ぐっすり眠り 疲れをとりましょう 	5 ストレスとうまく付き合いましょう 
6 お酒の飲み過ぎに注意しましょう 1日の適量 ビールなら 中瓶1本 ワインなら 1/4本 	7 たばこから自分と周囲の人を守りましょう 	8 歯と口の健康を大切にしましょう 毎日歯磨き 1年に1回 健診受診 	9 けんしん（健診・検診）を受けましょう がん特定健診 	10 病気が見つかったらきちんと治療しましょう 

お問い合わせ

大阪府健康医療部 保健医療室 健康づくり課 和田・岡地・野口

TEL : 06-6941-0351 (代表) (内線6029)、06-6944-6029 (直通) FAX : 06-6944-7262

E-mail : kenkodukuri-g03@sbox.pref.osaka.lg.jp