

がん検診は登録が必要です

2人に1人はがんにかかる時代です。がんの早期発見のため、定期的に検診を受けることが大切です。今まで登録したことがない方は、この機会に登録しましょう。

なお、過去の検診で精密検査となった方、登録後3年間で1度も受診したことがない方、大腸がん検診の登録をしているが昨年受診しなかった方は、再登録が必要です。また、前立腺がん検診は、令和2年度から国民健康保険の方も事前に登録が必要となりました。

がん検診の日程表

申込期間 2月1日(月)～22日(月)

登録方法

保健福祉総合センターへ電話または来所にてお申し込みください。

- ・日程や問診票は、検診のおよそ1ヶ月前に通知します。
- ・症状のある方や医療機関で経過観察中の方は、医療機関での受診が望ましいため、集団検診はご遠慮ください。
- ・対象年齢でなくても登録が可能です。
- ・マンモグラフィー検査は、シリコンやペースメーカーを挿入している方は受診できません。

問い合わせ

健康福祉課 保健衛生係
☎79-0911

種類	対象年齢	検査方法	時期
胃がん検診	40歳以上	バリウム検査	9・10月ころ
乳がん検診	30歳以上 女性	超音波または マンモグラフィー	4月 22日(木)～24日(土)、 26日(月)～28日(水)
子宮がん検診	20歳以上 女性	子宮頸部細胞診・ ヒトパピローマ ウイルス検査	8月5日(木)、 6日(金)、 26日(木)
大腸がん検診	40歳以上	便潜血反応検査	6・7月ころ
肺がん・ 結核検診	40歳以上	胸部レントゲン 検査	11月ころ
前立腺がん 検診	50歳以上 の男性	P S Aの採血	国民健康保険の方は 特定健診と同時に 実施。それ以外 の方は11月ころ

おうちで筋トレ!

スクワット

スクワットは大きな筋肉が鍛えられるので、効率よく筋力アップが期待できます。筋力がアップすると基礎代謝もアップするので、ダイエット効果も期待できます。

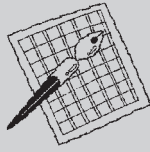
- ①足を肩幅に開いて立つ。ひざとつま先は同じ方向に向ける。
- ②両手を胸の高さに上げ、おしりを後ろに突き出しながらゆっくり腰を下げ、太ももが床と平行になるまで下ろしたら、ゆっくり元の姿勢に戻る。

「忙しくて、ウォーキングなんてやってる暇ない!」、「筋力の衰えが気になる」、「痩せたい!」、そんなあなたにおすすめの運動をご紹介します。





町長日誌 (12月)



- 1日 庁議
- 2日 全国町村会正副会長会・監事合同会議（全国町村会館）、政府予算編成に関する実行活動（自由民主党）、町村の振興を考える会役員との意見交換懇談会（ホテルニューオータニ）
- 3日 千葉県市町村職員共済組合選挙・組合会（オークラ千葉ホテル）
- 4日 辞令交付
- 8日 議会本会議
- 9日 議会本会議
- 16日 青少年健全育成事業・東庄小児童来訪
- 24日 全国市町村職員共済組合連合会総会（東京グリーンパレス）

地域と行政をつなぐパイプ役

新しい区長・代理者の皆さんを紹介します

令和3年の各区長・代理者の皆さんは次のとおりです。
区長の皆さんには町行政協力員をお願いし、地域と行政のパイプ役として各種行政施策にお力添えをいただきます。

令和3年 各区長と代理者

区名	区長	代理者	区名	区長	代理者
大久保	向後 慎一	堀江慎一郎	新宿	山本 清	柳堀 孝一
舟戸	渡邊 覚	渡邊 利洋			柳堀 貴
東和田	菅谷 克己	石井 康文	石出	林 政彦	川口 博之
神田	菅谷 重行	江嶋 茂雄			林 寛康
稲荷入	上代 金治	高木 幹雄	東今泉	伊藤 眞	遠藤 憲男
小貝野	秋葉 愛行	伊藤 勉			青柳 昇好
本郷	高橋 佳章	前田 正則	宮本	飯田 隆	飯田由多加
平山	須澤 廣行	高橋 敏夫	青馬	横田 健一	宮澤 英雄
高部	多田 國雄	越川 浩和			鈴木 幹夫
八木山	宇井 直樹	宇井 正俊	今郡	宮澤 隆	石毛 喜一
平台	飯田 久俊	鷲尾 雅彦	谷津	高木 文裕	越川 高之
大友	飯田 勝雄	飯田 伴雄	羽計	野口 登	榊原 清
根方	土屋 英範	柴 祐志			宇和嶋二郎
仲内	多田 剛	石田 武夫	羽計台	上田 良三	山形 俊明
大木戸	高木 茂男	三塚 剛志			鈴木 良和
宿浜	土屋富士雄	箕輪 一男	小南	掛巢 剛	山田 英雄
新田	青柳 重宣	箕輪 英朗			岩瀬 英雄
菰敷	越川 良男	伊藤 哲夫	栗野	鈴木仁一郎	荒木 喜一
鹿野戸	越川 洋	野口 寿夫	小座	飯笹 健兒	高橋 秀樹
竜神台	原田 久夫	外川 公子	夏目	高森 康之	押山 長司
		若原 豊	八重穂	相馬 孝幸	鈴木 貴則

問い合わせ 総務課 庶務係 ☎86-6082

3月1日から おでかけ号の時刻表が一部変わります

■バス停名が変わります

「松浦クリニック」停留所の名称を、「大上」に変更します。

■停留所の追加

町内一周ルート（左回り）の「ほうき松」停留所から「大上」停留所の間に、「宮前」停留所を追加します。

停留所名	変更前	変更後
ほうき松	16:29	16:29
宮前		16:31
大上	16:32	16:32

問い合わせ 健康福祉課福祉係 ☎79-0910

■出発時間の変更

旭中央病院ルート（東庄病院⇒旭中央病院）

停留所名	変更前	変更後
東庄病院	9:20	9:25
羽計台青年館	9:24	9:29
竜神台青年館	9:26	9:31
東庄団地	9:28	9:33

旭中央病院ルート（旭中央病院⇒東庄病院）

停留所名	変更前	変更後
東庄団地	11:15	11:10
竜神台青年館	11:17	11:12
羽計台青年館	11:19	11:14
東庄病院	11:23	11:18