

乳がん検診を受けましょう！

●日時 6月21日(金)・6月22日(土)

(受付) 8:30～10:45
12:30～13:00

- 対象者 20歳以上の女性
- 検診料 無料
- 場所 七ヶ宿町活性化センター
- 内容 20～39歳の方:超音波検査
40～64歳の方:マンモグラフィ2方向撮影
65歳以上の方:マンモグラフィ1方向撮影
- その他 事前の申し込みをしなかった方も、当日の受診が可能ですのでご連絡ください。

年1回の乳がん検診の他に、月に1度、乳房を見て・触って自己検診をしましょう。



～自宅でできる乳房チェック～

□乳房をみてチェック

鏡の前で、両腕を上げたり下げたりして確かめます。

①乳房の観察ポイント

- ・乳房の形、大きさに変化がないか
- ・皮膚のくぼみがないか
- ・硬く触れるところはないか

②乳頭の観察ポイント

- ・左右それぞれ違う方向を向いていないか
- ・つまんだときに分泌物がでないか

□乳房を触ってチェック

薄い枕などを背中に入れて、仰向けで確かめます。

①調べる方の腕を上にあげ乳房を平らにする。

②反対側の指3本を使い、乳房全体を肋骨が触れるくらいの強さで“の”の字を描くようにすべらせる。

- ・乳房やわきのしたに、しこりや部分的に硬いところはないか

●お問い合わせ 健康福祉課 ☎37-2331 (担当:佐藤)

休日歯科診療当番表(6月分)

6月分の休日歯科診療の当番は下記のとおりです。

診療時間 【午前9時から午後5時まで】

月日	白石・角田支部			柴田支部		
	医院名	所在地	電話番号	医院名	所在地	電話番号
6月 2日	ひかり歯科医院	白石	22-2112	小田部歯科医院	大河原	53-2134
6月 9日	たてやま歯科クリニック	丸森	73-4050	こや歯科医院	柴田	54-5005
6月16日	ごとう歯科医院	白石	24-2020	玉野井歯科医院	柴田	57-1711
6月23日	吉田歯科医院	角田	62-2130	西村歯科医院	川崎	84-4851
6月30日	チェルトの森歯科診療所	蔵王	22-7122	はせ歯科医院	大河原	52-1080



健康、病気、介護、妊娠 など… 相談してみませんか？

町では、町民の皆様が気軽に健康や子育てについて相談できるよう「24時間電話健康相談」、「小児科オンライン」、「産婦人科オンライン」を実施しています。

『24時間電話健康相談』

相談できる内容は様々で、希望すれば匿名での相談も可能です。女性の看護師が対応するので、女性特有の相談も安心です。町民の方であれば、どなたでも利用可能です。

健康・介護・病気
食事・栄養・妊娠
出産・育児…



☎0120-56-2577 (無料)

スマホで専門医に無料相談

『小児科オンライン』『産婦人科オンライン』

お子さんについての不安や悩みをLINEや電話で気軽に専門医に相談できます。

詳しい利用方法等については健康福祉課までお問い合わせください。

急な発熱・胃腸炎・便秘・発疹・授乳・お薬・発達・不登校…
お子さんの体や心に関することなら何でもOKです。

- 利用時間 午後6時～午後10時(平日)
- 対象年齢 0歳～15歳の子を持つ町民
- 相談料 無料 ※通信料(通話料)は自己負担となります。まずは会員登録からお願いします！
<https://syounika.jp/lp/gov/shichikashuku>

会員登録はこちら



病院に行かなくても相談できる

事前に予約することで好きな場所から相談できます。また、電話やLINEなど連絡方法が選択できます。



小児科・産婦人科医が対応

対応する医師は現役の専門医です。専門の経験・知識をもとに丁寧にお答えします。



どんな悩みでも相談できます

病院に行くべきかの判断から日常の何気ない疑問など(発疹・発達・お薬など)気軽に相談できます。



●お問い合わせ 健康福祉課 ☎37-2331 (担当:木村)