

婦人がん検診

問 健康センター ☎23-2191

検診名		乳がん	子宮頸がん
検査期間		10月1日（火）～3月31日（月）	2月28日（金）まで
検診場所		健康センター、新町クリニック、市立青梅総合医療センター、あきる台病院健診センター、日の出ヶ丘病院健診センター	下奥多摩医院、新町クリニック、林レディースクリニック、市立青梅総合医療センター（検診実施日は検診機関により異なります）
対象者		市内在住の女性で、令和7年4月1日までに40歳以上となり、令和5年度に市の乳がん検診を受診していない方	市内在住の女性で、令和7年4月1日までに20歳以上となり、令和5年度に市の子宮頸がん検診を受診していない方
検査内容		問診、マンモグラフィ検査	問診、視診、内診、細胞診
費用		1,000円	500円
		※受診日に支払い。生活保護受給者は免除（受給証明書を提出）	
申し込み	郵送	8月30日（必着）までに希望する検診名、住所、氏名、生年月日、電話番号をはがきに記入し、〒198-0042東青梅1-174-1健康センター婦人がん検診担当へ	
	直接	健康センターで配布する検診申込書に記入し提出	
	電子申請		
申し込み期間		8月31日まで	
受診票の送付		9月中旬までに順次送付。受診票が届いてから検診機関に受診予約をし、受診してください。	
受診対象外		乳がんを治療中または経過観察中の方、妊娠中または妊娠の可能性がある方、授乳中または卒乳後半年未満の方、豊胸手術をした方、ペースメーカーを使用している方	子宮疾患の治療中または経過観察中の方、子宮を全摘出した方

無料クーポンの送付

対象者へ乳がん検診・子宮頸がん検診無料クーポン券を7月末に送付しました。受診方法等はクーポンに同封してある案内文をご覧ください。

★対象者

市内在住の女性で以下の生年月日に該当する方

・乳がん

昭和58年4月2日～昭和59年4月1日生まれ

・子宮頸がん

平成15年4月2日～平成16年4月1日生まれ

健康コラム115

食べてから飲むか？飲んでから食べるか？

青梅市薬剤師会会長 小嶋延章

「この薬を1日3回毎食後にお飲みください」薬局で薬をもらうとき、多くの方はこのように言われた経験があるのではないのでしょうか。では何かの都合で食事がとれなかった時、薬はどうすればよいのでしょうか。「食後に飲むのだから薬も飲まない」のでしょうか？あるいは「食事を抜いても薬は飲むべき」のでしょうか？正解は「薬によってさまざま」です。多くの薬、例えば血圧やコレステロール、あるいは尿酸値を下げる薬などは、食事がとれなくても薬を抜く必要はありません。風邪薬なども同様です。

しかしそうでない場合もあります。ひとつは薬の効き目に関係する場合です。例えば消化薬などは、食事をしなければそもそも飲む必要がありません。また、糖尿病薬の一部のものは、食事を抜いて飲んでしまうと血液中の糖分が減りすぎてしまい、危険な状態になる場合があります。もうひとつは薬の性質に関係する場合です。多くの薬は水に溶けやすい性質なのですが、中には油に溶けやすい性質のものがあります。こういう薬は食事抜きで飲むよりも食後に飲む方が、食べ物に含まれる油のはたらきでよく吸収されるようになります。薬によっては食事抜きで飲むと効き目が半分くらいに減ってしまうものもあります。いつも飲んでいる薬について疑問を感じたときは、お近くの薬局の薬剤師に気軽に質問してみてください。

問 健康センター ☎23-2191

障がい等のある方へ

手当・マル障の所得の見直し時期です

問 障がい者福祉課庶務係



過去に所得制限を超えていたため、心身障害者福祉手当・難病福祉手当・心身障害者（児）医療費助成（マル障）を受けていない方で、新たに受給資格に該当すると思われる方は、申請手続きをしてください。なお、現在受給中の方は、更新手続きは不要です。※詳細は、市ホームページ（2次元コード）をご覧ください。

区分	心身障害者福祉手当	難病福祉手当	心身障害者（児）医療費助成
対象者	・身体障害者手帳1～4級 ・愛の手帳1～4度 ・脳性まひ・進行性筋萎縮症	難病医療費助成の対象疾病に罹患し、原則として「特定医療費受給者証」または「マル都医療券」をお持ちの方	・身体障害者手帳1・2級（内部障害は3級を含む） ・愛の手帳1・2度 ・精神障害者保健福祉手帳1級
所得の見直し月	※65歳以上で初めて上記に該当した方と所得制限限度額を超える所得のある方等は対象になりません。		
現在受給中の方	令和6年8月以降は、5年中の所得により判定します。	令和6年8月以降は、5年中の所得により判定します。	令和6年9月以降は、5年中の所得により判定します。
現在受給中の方	令和6年4月～7月分は、8月20日に振り込みます。	令和6年4月～7月分は、8月20日に振り込みます。	令和6年9月1日から使用する受給者証は、8月下旬に送付します。

75歳以上の在宅の方へ

「敬老会の御案内」をお送りします

問 高齢者支援課いきいき高齢者係

対象となる方には、「敬老会の御案内」（往復はがき）を発送しており、8月上旬にはお手元に届く予定です。「敬老会の御案内」は入場券ではありません。参加を希望する方は必ずはがきを返送してください。

日程 9月28日（土） 会場 住友金属鉾山アリーナ青梅

返送期限 8月13日（消印）

注意事項

次の地区は送迎バスを運行します。《畑中、和田町、梅郷、柚木町、二俣尾、沢井、御岳本町、御岳、御岳山、富岡、小曾木、黒沢、成木》▷当日は、市役所本庁舎駐車場および仮設駐車場をご利用できます。駐車場から会場までシャトルバスを運行しますが、駐車台数とシャトルバスの乗車人数には限りがありますので、ご注意ください▷会場（住友金属鉾山アリーナ青梅）の駐車場はご利用できません▷詳しくは、往復はがきの表面を確認してください。

全国的にバスの運転手が不足しており、一部の地域を除き、昨年どおりのバスの送迎ができなくなりました。原則、公共交通機関を利用してご来場ください。

介護予防リーダー養成講座

介護予防に関する知識等を身につけ、地域の健康づくりのためにボランティアとして活動する方を養成します。

日時 9月19日～10月31日の木曜日
午後2時～4時（祝日を除く、全6回）

※第5回は10月15日～25日のいずれか

会場 福祉センター第1～3集会室

対象 市民（講座修了後、地域で介護予防活動ができ、原則として全回参加できる方）

※医師から運動制限を受けている方、介護施設等の職員のスキルアップを目的とする方、営利目的の活動のために参加する方は不可

定員 20人程度（抽選） 持ち物 飲み物、筆記用具
申し込み 8月30日までに直接高齢者支援課包括支援係（市役所1階）へ（申込時に簡単な面談を実施）