

健康

助成

募集

暮らし

健康

乳がん・子宮頸がん検診（第2期）

●乳がん検診（第2期）

期間 10月1日(木)～12月28日(月)（日曜日、祝日を除く）

※乳がん集団検診は12月20日(日)に実施予定。詳しくは、広報はむら10月1日号を確認してください。

実施医療機関 公立福生病院・大聖病院（福生市）、新町クリニック（青梅市）

対象 市内に住民票があり、検診日現在40歳以上で昨年度未受診の女性

費用 1600円（クーポン対象者）

生活保護を受けている方を除く

※検診当日に医療機関に支払ってください。

※生活保護を受給している方は、生活保護受給証明書を検診当日に医療機関へ提出してください。

内容 問診、マンモグ

ラファイ検査（乳房X線撮影）、視触診（大聖病院のみ）

【次に該当する方は受診できません】

- ・妊娠中または妊娠の可能性のある方
- ・授乳中の方
- ・豊胸術など乳房の手術をした方
- ・ペースメーカーやVPシャントなど人工物を体内に挿入している方
- ・乳腺疾患などで治療中、または経過観察中の方



▲市公式サイト（乳がん検診）

察中の方

●子宮頸がん検診（第2期）

期間 10月1日(木)～令和9年2月27日(土)（日曜日、祝日を除く）

※市外の医療機関での実施は12月28日(月)まで。

実施医療機関 よりみつレディースクリニック・羽村ひまわりクリニック・わかきき医院（市内）、公立福生病院・大聖病院（福生市）

対象 市内に住民票があり、検診日現在20歳以上で昨年度未受診の女性

内容 問診、頸部細胞診（医師が必要と判断時、子宮体部細胞診）

【次に該当する方は受診できません】

- ・現在、子宮疾患を治療中、または経過観察中の方

【要相談】 子宮全摘出手術を受けた方（受診可能な場合もあります）

●乳がん・子宮頸がん共通事項

申込み 9月16日(水)から、各二次元コード内の申込フォームまたは必要事項を記入したはがき・封書を郵送

宛先 〒205-10003 羽村市緑ヶ丘5-5-2 羽村市保健センター がん検診担当

必要事項 ①希望する検診名 ②希望する医療機関名 ③住所 ④氏名（フリ



▲市公式サイト（子宮頸がん検診）

骨太教室（栄養編・運動編）

◆栄養編◆
骨を元気に！カルシウム＆ビタミンD たっぴりメニュー

不足しやすいカルシウムとビタミンDを手軽にしっかり摂るコツを紹介します。

日時 10月21日(水)午前10時～午後0時30分

会場 保健センター

対象 市内在住の方

定員 20人（申込順）

持ち物 エプロン、バンダナ、筆記用具、健康手帳（持っている方）、調理実習代300円

※食品衛生上の観点から、調理実習中のマスク着用にご協力ください。

内容 健康講座、調理実習、個別相談（希望者）

申込み・問合せ 9月17日(木)午前8時30分から、Eメールまたは電話で、健康課（保健センター内）内625

※Eメールの場合、件名に「10月骨太教室参加申込み」、①氏名 ②年齢 ③日中連絡のつく電話番号 ④住所を記入

✉ s35000@city.hamura.tokyo.jp

Eメールで申し込むときは、件名に必ず事業名を記入してください。二次元コードがついている記事は、スマートフォンなどで読み取ると、市公式サイトなどで詳しい内容を確認したり、そのまま申し込んだりできます。

特に記載がない場合の受付時間は土・日曜日、祝日を除く午前8時30分～午後5時。申込みの記載がない場合は直接会場へ。費用の記載がない場合は無料です。

◆運動編◆

いつまでも自分の足で健康に！

丈夫な骨と筋肉づくり

骨密度を維持するためには望ましい生活習慣を続けることが大切です。骨についての講義だけでなく、骨に刺激を与える効果的な運動を行います。

日時 10月27日(火)午前10時～正午

会場 プリモホールゆとろぎレセプションホール

対象 市内在住の方

定員 40人（申込順）

持ち物 筆記用具、飲み物、動きやすい

服装・靴

講師 佐藤 文雄さん（羽村三慶病院理学療法士）

申込み・問合せ 9月17日(木)午前8時30分から、申込フォームまたは電話で、健康課（保健センター内）内626



▲申込フォーム（運動編）

訂正とお詫び

広報はむら9月1日号に掲載した『公的年金等の受給者の扶養親族申告書の送付』について、誤りがありました。次のとおり訂正してお詫びします。

誤：令和8年2月以降
正：令和9年2月以降

問合せ 市民課高齢医療・年金係内138

令和8年8月千葉豪雨に対する義援金の受付について

○募集期間 11月25日(水)まで

○義援金箱設置場所 市役所西庁舎1階総合案内、プリモホールゆとろぎ、S&Dスポーツアリーナ羽村、プリモライブラリーはむら、郷土博物館、S&Dスポーツパーク富士見クラブハウス

○送金先 千葉県が設置する義援金受付口座

※預かり証は、市役所1階総合案内でのみ発行しています。

※千葉県や各自治体の設置している義援金受付口座に直接振り込むこともできます。詳しくは、千葉県や各自治体のウェブサイトまたは市公式サイトを確認してください。

問合せ 企画政策課内315



▲市公式サイト

第133回 15分都市圏



▲クール先生

クール 今年の夏の暑さも予想通り、ひどい暑さだったね…。

エコ はい…。外を歩いていると暑くて、暑くて…。ガソリン車は「二酸化炭素をたくさん出すから、「全部廃止」とか考えてもらわないと。

クール それはすごい。でも、ノルウェーではそれに近いことになっているよ。ガソリン車とディーゼル車の段階的廃止を進める中で、税制優遇措置を背景に、2025年の新車登録台数の9%を電気自動車に占めただ。ほかに、イギリスは2035年の販売目標を電気自動車と燃料電池自動車に100%としているんだ。中国では、2035年の販売目標を新エネルギー車50%以上、それ以外はハイブリッド車、ガソリン車は製造・販売禁止としているんだ。

エコ それはすごいですね。でも今ある車に乗り続けることもできるから、来年も、再来年も、もっと暑くなって、地球温暖化防止対策としては間に合わないですね。



▲エコちゃん

クール そうだね。でも、生活するために、どうしても車が必要な人もいる

から、環境を整えないといけないよね。そのために「脱炭素に向けたまちづくり」について、世界中のいろいろなところで取り組んでいるよ。パリ市の例だと、「15分都市圏」を作ろうとしているんだ。

エコ 「15分都市圏」？

クール そう！ 買い物、仕事、娯楽、文化、スポーツ、医療など、生活に必要なものが自宅から徒歩15分、自転車5分圏内でアクセスできるという構想なんだ。

エコ それはすごいですね。

クール 構想を実現するために、学校の校庭を市民のレクリエーションや文化活動の場として開放するなど、既存の施設をさまざまな形で有効活用することを基本としているんだよ。

エコ いろいろな取組みがあるんですね。構想を実現してもらいたいです。まちづくりか…。地球温暖化防止のために、まずは、自分ができることから始めようと思います。

問合せ 環境政策課内226