

# 健康な暮らしのために ～令和6年3月号～

発行：調布市福祉健康部健康推進課  
〒182-0026 調布市小島町2-33-1  
文化会館たづくり西館4階保健センター  
TEL 042-441-6100  
FAX 042-441-6101

## 3月1日(金)～3月8日(金)は「女性の健康週間」

厚生労働省では、女性が生涯を通じて健康で明るく、心身ともに充実した日々を過ごすことを総合的に支援するため、「女性の健康週間」を創設し、女性の健康づくりを国民運動として全国展開しています。

3月～5月は予約が  
取りやすく、  
おすすめ！

### 乳がん検診（2年に一度受診できます）

【対象】40歳以上の女性※前年度 未受診の方

【申込み方法】下記医療機関へ直接お申込みください

実施場所	検診日	申込み先
調布病院（月 150 人）	月～金までの午前・午後、 土曜日の午前	電話 042-484-2626 受付時間 月～金 午前9時～午後4時半、 土曜日 午前9時～正午30分 FAX 042-481-0323
飯野病院（月 100 人）	月・火・水・金・土曜日の 午後	電話 042-483-8811 受付時間 月・火・水・金・土曜日 午前9時～午後5時
調布東山病院（月 200 人）	月・火・木・金・土曜日の 午後	電話 042-481-5515 受付時間 月～土曜日 午前9時～午後4時半 FAX 042-481-5514
東山ドック・健診クリニック ウェルピアザ仙川（月 100 人）	月～土曜日の午前	電話 03-5384-7060 受付時間 月～土曜日 午前9時～午後4時半 FAX 03-5384-7061



実施場所の最新情報は  
市ホームページをご覧ください。⇒⇒



### 子宮頸がん検診（2年に一度受診できます）

	対象	申込み方法
①	35・40・45・50・55・60・65歳の女性 ※前年度 未受診の方	がん検診の 個別通知で案内
②	20歳以上で上記以外の年齢の女性 ※前年度 未受診の方	市報と市HPで案内

詳細はこちらへ



### 子宮頸がん予防接種(HPV ワクチン)

HPV(ヒトパピローマウイルス)ワクチンは、子宮頸がんの原因となるHPVの感染を防ぐ予防接種です。

令和4年度から積極的勧奨を再開しています。

平成9年4月2日～平成18年4月1日に生まれた女性を対象に、キャッチアップ接種を実施しています。

詳細は市HPをご覧ください。健康推進課までお問い合わせください。



# こころの処方箋

令和6年3月31日(日)まで  
YouTube 配信

～自分の痛みに気づこう！SOSの出し方～

- ①ストレスとストレスとの付き合い方
- ②怒りとの付き合い方
- ③イヤなことを「イヤだ」といえるには

～自分も相手も大事にできる会話～

講師：高橋聡美氏（医学博士）

中央大学人文科学研究所 客員研究員  
一般社団法人 高橋聡美研究室 代表  
前防衛医科大学校 精神看護学 教授  
＜メディア出演＞

クローズアップ現代、とくダネ、ニュース  
ZERO、世界仰天ニュース、NHKおはよう  
日本など多数出演



いじめや虐待、離別、自殺といった「生きづらさ」への全人的支援をテーマに、自殺予防教育やグリーンプログラムを運営するほか、全国の市町村の自殺対策策定スーパーバイズを行うと同時に、小・中学校や高校で自殺予防教育の授業を行っている。

費用：無料

期間延長

※ご視聴に係る通信費は、視聴者様のご負担となります。

申し込み期限：令和6年3月5日(火)～3月25日(月)

申し込み方法：LoGoフォームで右のQRコードから申し込み  
※申し込みいただいた後、視聴に必要なURLを送付します。



対象者：学生・20代～30代の方など

〈問合せ〉調布市福祉健康部 健康推進課

042-441-6100

※平日 午前9時～午後5時

主催：調布市