



がん検診を受けましょう！

がんは、早期に発見し、適切な治療を受けることが大切です。また、検診は1回受けて終わりではなく定期的に受けることが早期発見につながります。

今年度の集団検診は終了しましたが、令和2年2月29日（土）まで次の医療機関で、町の助成により低料金で個人検診を受けることができます。ぜひご利用ください。

なお、50歳の方は『無料検診』の対象となります。詳細は保健センターにご相談ください。

■大腸がん検診（便検査）

2,546 円の検査⇒ 700 円（70 歳以上は 500 円）

◇対象者 40 歳以上

◇医療機関

弘和クリニック、新谷医院、藤田医院、吉村胃腸科内科医院

■乳がん検診（マンモグラフィ）

6,355 円～ 8,522 円の検査⇒ 1,500 円

（70 歳以上は 500 円、40 歳は無料）

◇対象者

40 歳以上の女性で前年度に乳がん検診を受けていない人

◇医療機関

周東総合病院、平生クリニックセンター、兼清外科、光市立光総合病院・大和総合病院、光中央病院

■子宮頸がん検診（細胞診）

6,392 円～ 7,352 円の検査⇒ 1,500 円

（70 歳以上は 500 円、20 歳は無料）

◇対象者 20 歳以上の女性で前年度に子宮頸がん検診を受けていない人

◇医療機関

周東総合病院、梅田病院、光市立光総合病院・大和総合病院、みちがみ病院、優クリニック

■前立腺がん検診（血液検査）

3,463 円の検査⇒ 1,000 円

（70 歳以上は 500 円）

◇対象者 50 歳～ 74 歳の男性

◇医療機関

弘和クリニック、新谷医院、藤田医院、吉村胃腸科内科医院

※保健センターへ申し込みをしている人は、必ず医療機関で予約の上、受診してください。

また、申し込みをしていない人や受診票を紛失した場合は、保健センターにご相談ください。



作り方

① れんこんは皮をむき、粗く刻んでおく。玉ねぎはみじん切りにする。

② ボウルに①、合いびきミンチ、卵黄、パン粉、Aの調味料を入れて粘りが出るまでよく練る。

※コンソメの素は細かく刻んでから加える。

③ ②をひと口大の丸い形に整え、170℃の油で揚げる。浮き上がってきたら出来上がり。

④ お好みの野菜をたっぷり添えて盛り付ける。

れんこん	100g
玉ねぎ	100g
合いびきミンチ	200g
卵黄	1 個分
パン粉	1/2 カップ
おろし生姜	小さじ1
固形スープの素	1/2 個
オイスターソース	小さじ1
ウスターソース	小さじ1
こしょう	少々
揚げ油	適量

1人分の栄養価

エネルギー…214kcal
たんぱく質…9.0g 脂質…14.6g
カルシウム…24mg 塩分…0.8g

材料（4人分）

これから旬のれんこんにはビタミンCやカリウムなどが豊富に含まれ、シャキッとした食感のミンチボールになっています。野菜といっしょに盛り付けたり、お弁当のおかずにもいいですよ。

れんこんのミンチボール

田布施町食生活改善推進協議会



いただきます