



令和3年度検(健)診の案内について

問保健センター ☎52-4999

『がん』は日本人の2人に1人がかかるといわれる身近な病気です。がんは治らないと思われていましたが、現在では、検診による早期発見で約9割が治るとわれています。

町が実施する検(健)診は、受診費用の約7割以上を町が助成しますので、お得に受診することができます。この機会にぜひ、ご利用ください。

3月末に各世帯主宛に検(健)診受診の案内と申込書を郵送しますので、詳細をご確認ください。

検(健)診の受け方は、公民館などに集まって受診する集団検診と、医療機関で個別に受診する個別検診があります。

申込書に検診の希望日などを記入し、必ず期日までにお申し込みください。

◇集団がん検診の申込方法などが変わります

令和3年度の検(健)診は、集団がん検診の受診方法を変更しますので、ご注意ください。

①各種がん検診を同日実施に変更します

胃・大腸・肺・子宮・乳がん検診を同日に行います。検診ごとに、日にちを変えることはできません。肺がん検診の町内巡回は行いません。ご注意ください。

②麻郷公民館の検診はスポーツセンターに変更します
駐車場の都合により、麻郷公民館からスポーツセンターに変更します。

◇注意事項

- ・準備の都合などにより、予約の変更・取り消しは **1か月前まで**にご連絡ください。
- ・申し込みをしても当日受診されない人が増えています。受けられなくなった場合は、早めに取り消しの連絡をお願いします。

※新型コロナウイルス感染症の流行状況などにより、日程などを変更する場合があります。その際は、町ホームページなどでお知らせします。



納豆オムレツ

田布施町食生活改善推進協議会

忙しい朝やお昼ごはんにさっと作ることができ、栄養豊富でパンにもご飯にも合う1皿です。
休日に子どもさんと一緒に作ってみるのもいいですよ。
今回は1人分の分量で載せています。

材料(1人分)

卵	1個
納豆	1/2パック
しょうゆ	小さじ1/3
小ねぎ	1/2本
しらす干し	小さじ1
とろけるスライスチーズ	1/2枚
酒	小さじ1
牛乳	小さじ1
オリーブ油	小さじ1

作り方

- ①納豆をよく混ぜ、小口切りにした小ねぎとしらす干しとしょうゆを加えて混ぜる。
- ※しょうゆの代わりに納豆に付属のタレを使ってもよい。
- ②卵1個を溶きほぐし、酒と牛乳を小さじ1ずつ加えて混ぜる。
- ③フライパンを温めてオリーブ油を敷き、②の卵液を流し入れ菜箸で大きくかき混ぜ、底の方が固まり出したら中央にスライスチーズ1/2枚を粗くちぎってのせ、①を加え、包み込むようにして形を整えながら焼く。
- ④皿に盛ってお好みの野菜を付け合わせる。

1人分の栄養価

エネルギー…200kcal
たんぱく質…13.0g 脂質…13.7g
カルシウム…117mg 塩分…0.9g

いただきます