



# Mammography Sunday

2020年

**10月18日** 日



10月はピンクリボン月間 この機会にぜひ乳がん検診を受けましょう

平日は忙しい方におすすめ / **女性スタッフが対応**

## 日曜日に乳がん検診を受けられます

日時

2020年10月18日（日） 8:30～12:00

※受付時間は検査内容等によって異なります（裏面参照）

場所

聖隷健康診断センター  
 （浜松市中区住吉2-35-8）

料金

各種検査料金（裏面参照）

婦人科検診担当医師



入駒 麻希 医師



浅沼 栄里 医師

### ● 選べる特別企画 ●

#### 肩腰すっきりストレッチ



肩こり腰痛のメカニズムから簡単にできるストレッチを紹介します。

講師：橋口しのぶ  
 聖隷健康診断センター  
 健康運動指導士

#### 筋膜ストレッチ



筋肉を包む膜(筋膜)を「つかんで動かす」筋膜ストレッチをお伝えします。胸肩周りのケアで動きやすい軽やかな上半身を目指します。

講師：山崎久乃先生  
 b-iスタイリスト  
 ピンクリボンアドバイザー

**10/14 (水) までにお申込みください!**

裏面へ⇒

お申込み  
 お問合せ

予約センター[受付時間:平日9:00～16:30/土曜日9:00～12:00（祝日を除く）]

**0120-938-375**

インターネットから  
 24時間受付OK!



# 内容によって選べる4つのコース

	受付時間	婦人科検診	体験コーナー	肩腰すっきりストレッチ	筋膜ストレッチ	講話	終了時間目安
Aコース (定員20名)	8:30	●	●	●	/	●	11:00
Bコース (定員20名)	9:00	●	●	/	●	●	11:30
Cコース (定員10名)	9:30	●	●	●	/	●	11:30
Dコース (定員10名)	9:30	●	●	/	●	●	12:00

## ● 講話 ●

### 女性のための健康講座

講師：森島 多美子

聖隷健康診断センター  
保健師/ピンクリボンアドバイザー※/  
メノポーズカウンセラー※

※ピンクリボンアドバイザーとは…  
乳がん、検診、治療について正しい知識を持ち、  
乳がん検診の受診を勧め働きかける人のこと。

※メノポーズカウンセラーとは…  
メノポーズ(閉経)に関して正確かつ適切な情報を持ち、  
更年期からの国民の生活の質の向上に貢献する人のこと。



## ● 体験コーナー（複数参加可） ●

### 健康相談コーナー

ピンクリボンアドバイザー、特別企画各講師などに日頃の悩みをご相談いただけます。

### 簡易体力測定

握力と脚筋力の測定を行います。

### 乳房セルフチェック

お家で簡単にできる乳房のセルフチェック方法についてご紹介します。

### マッサージ

日頃の疲れを癒しませんか？マッサージの内容は当日のお楽しみです。

※新型コロナウイルス感染拡大の影響で、中止させていただく可能性があります。

## 受診いただける検査項目

検査項目	定価（税込/10%）	
	1方向	2方向
乳房エックス線検査（マンモグラフィ）	1方向	3,850円
	2方向	5,500円
乳房トモシシス（3Dマンモグラフィ） ※乳房エックス線検査が含まれています。	1方向	7,150円
	2方向	10,450円
乳房エコー検査	3,850円	
子宮頸がん検査（細胞診） 子宮の入口の細胞をとる検査です。がん細胞の有無を調べます。	4,730円	
HPV検査（子宮頸がん検査併用） 子宮頸がん検査時に、医師が採取します。	10,230円	
経膈エコー検査	4,400円	
骨密度検査	2,750円	

※子宮頸がん無料クーポン対象者：2020年4月1日時点で20歳の方／乳がん検診無料クーポン対象者：2020年4月1日時点で40歳の方

無料クーポン券の詳細は、浜松市HPを参照ください。当日に無料クーポン券がない場合には、受診いただけません。

※浜松市の補助を利用される方は、必ず受診ハガキをご持参ください。受診資格が確認できない場合、受診いただけない可能性があります。

※自己負担額はご加入の健康保険組合によって異なります。受診条件等の詳細は、お問合せください。