



乳がん検診を午後に受診できます (申し込みは希望日の1週間前まで)  
 JCHO 秋田病院 毎週金曜日(☎52-3127) 保健センター 第3水曜日(☎58-2838)

早期発見・早期治療が大切です

## がん検診を定期的に受けましょう

能代市では、1年間に約3割の方が「がん」が原因で亡くなっています。国でも胃がん、子宮頸がん、肺がん、乳がん、大腸がんの5つのがん検診を推奨しており、早期発見・早期治療ががんによる死亡を減らす鍵になります。ご自身の健康を守るため、定期的ながん検診を受診しましょう。

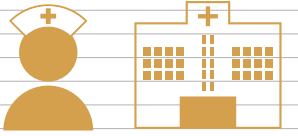
問合せ 健康づくり課 ☎58・2838

## がん検診に関するお知らせ

がん検診をお得に受診しましょう

### がん検診の無料クーポン券をご利用ください

市では、5歳ごとの節目年齢の方のがんのり患率が急上昇する年齢層の方に、無料でがん検診を受診できるクーポン券を送付しています。ぜひご利用ください。



平日に受診できない方へ

### 日曜がん検診を実施します

検診内容や料金など詳しくはお問い合わせください。

期日 11月10日(日)

受付 午前8時30分～9時

場所 能代厚生医療センター

定員 先着32人

申し込み 事前に電話で(午後1時～4時に受け付けます)

問合せ 能代厚生医療センター  
 健診センター ☎52-3111

## 11月 子育て支援センター通信

### ■サンピノ・すくすくひろば

(午前10時～11時30分)

期間	主な内容	場所
1日(金)	子育てにかかるおかねのはなし 定員10人	高齢者友愛センター
5日(火)	6カ月児未満 身体測定・親子ふれあい遊び	サンピノ
7日(木)	6カ月児以上 身体測定・親子ふれあい遊び	
8日(金)	骨盤矯正美尻ヨガII 定員12人	高齢者友愛センター
12日(火)	クリスマス飾りを作ろう! 定員10人	高齢者友愛センター
13日(水)	1歳児 身体測定・親子ふれあい遊び	能代市総合体育館
15日(金)	地域のひとと遊ぼう&ポトポト作り	南地域センター
17日(日)	サンデーすくすくひろば(親子で遊ぼう)	高齢者友愛センター
20日(水)	はじめての離乳食作り 定員12人 ※10月28日(月)から電話受付	働く婦人の家
21日(木)	ちびちゃんひろば(第一・第四・浅内保育所開放)	
22日(金)	2歳児 身体測定・親子ふれあい遊び	能代市総合体育館
26日(火)	誕生会(親子体操・パネルシアターなど)	
29日(金)	おしゃべりサロン(子育てトーク) 定員8人	サンピノ

●子育て支援センターを開放し、お子様との遊びや育児相談に応じています。開放日は、市ホームページをご覧ください。  
 月～金曜日(祝日除く)午前9時～正午/午後3時～5時

育児に関する電話相談受付中! ☎52-8115  
 月～土曜日(祝日除く)午前8時30分～午後5時

### ■さんぼえむ・すくすくひろば

(午前9時30分～午後1時)

期間	主な内容	場所
6日(水)	和みアートを楽しもう! 定員6人	二ツ井公民館
12日(火)	0歳児ひろば 身体測定・親子ふれあい遊び	
13日(水)	保健師ミニ学習会	道の駅ふたつ
19日(火)	道の駅で遊ぼう!	
20日(水)	簡単おやつ作り	二ツ井公民館
21日(木)	はらぺこあむしさんの絵本デー	二ツ井図書館
26日(火)	道の駅で遊ぼう!	道の駅ふたつ
27日(水)	誕生会(身体測定・お楽しみ劇場)	二ツ井公民館
毎週火・水	上記以外の期日にも二ツ井公民館や道の駅ふたついで楽しい催し物を準備しています。詳しくは市ホームページをご覧ください。	
毎週土曜日	ちびちゃんひろば(二ツ井・きみまち子ども園開放)	

●上記以外の期日にさんぼえむを開放し、お子様との遊びや育児相談に応じています。育児に関する電話相談受付中! ☎73-3111  
 月・木・金・土曜日 午前8時30分～午後5時  
 火・水曜日 午後1時30分～午後5時

注: ☎は事前に電話などでお申し込みください。

### ■つどいの広場「ほけっと」(無料の遊び場)

☎080-3191-6399

時間 午前9時30分～午後5時

場所 イオン能代店3階

お休み 11月2日(土)、16日(土)、17日(日)、22日(金)～24日(日)

●ぴいかあぶうタイム(親子で手遊び、絵本タイムなど)  
 「げんこつ山のたぬきさん」

●カフェ♪カフェ(おしゃべりタイム)期日:13日(水)

●ぐるぐるべったん(いっしょにつくろう!)  
 「クリスマスかざりをべったんしよう」

### ■あそびのひろば ばれっと

☎090-5832-0303 (菊池)

#### ●だまご鍋を作ろう

日時 11月6日(水)午前10時～午後0時30分

場所 能代山本広域交流センター

対象 乳幼児と保護者

費用 4才以上200円

持ち物 お椀、箸、スプーン、おてふき、飲み物  
 エプロン