

7月8日(月)より、9・10・11月に実施予定の集団乳がん検診の受付を開始します。対象は、40歳以上(S55.4.1以前生)で、昨年度乳がん検診を受けていない女性(無料クーポン券の届いている方は受診可能)です。

また、定期的な検診に加え、月1回自己触診を行う事も大切です。気になる症状がある場合は、早めに乳腺外科または外科を受診しましょう。なお、7・8月に実施予定の集団乳がん検診の申込み受け付けています。

集団乳がん検診(福祉会館でのバス検診)

健康課 42-8723 へ電話で予約

日 程	備 考
9/18(水)、25(水)	時間：午後(指定時間) 料金：40歳代 2,000円 50歳以上 1,800円 ※定員各日 28名
10/16(水)、23(水)、29(火)	
11/ 6(水)、20(水)、28(木)	

個別乳がん検診(医療機関で受ける検診)

医療機関に直接電話で予約

医療機関	電話番号	視触診
市立加西病院	42-2200	無
大山記念病院(西脇市)※	0120-300-503	無
服部病院(三木市)※	0794-82-2563	有

※印はがん検診無料クーポン券対象者のみ受診可能(料金 2,000円)

自己触診の方法(毎月、忘れずにチェック)

●**実施するタイミング**／生理が終わって一週間くらいの乳腺の安定している時期。閉経を迎えた方や生理不順の方は「毎月1日」など月1回、日にちを決めて。

●**ステップ①(目で見て確認)**／両腕を上げ下げしながら、正面・側面・斜めからひきつれ、くぼみ、乳頭のへこみなどがいないかをチェックします。直接乳房を見るのではなく、鏡に映してみるのがポイントです。



●**ステップ②(触って確認)**／人さし指・中指・薬指をそろえ、指の腹で圧迫しながら乳房をまんべんなく触り、しこりがないかを確認します。脇の下も忘れず確認してください。

●**ステップ③(挟んで確認)**／乳頭を挟み、分泌物がないかを確認します。

がん検診無料クーポン券を受け取られた皆さまへ

がん検診無料クーポン券とともに送付した健診日程表の曜日と子宮頸がん検診実施日に誤りがありました。市民の皆さまには大変ご迷惑をおかけしました。訂正しておわび申し上げます。

- 町ぐるみ健診**：7/10(火)→7/10(水) 7/12(土)→7/12(日)
- 女性の乳がん検診**：7/17(水)→7/17(木) 9/18(水)→9/18(木) 10/23(水)→10/23(木)
1/29(水)→1/29(木) (子宮頸がん検診なし) 1/29(水)→2/ 9(日) (子宮頸がん検診あり)

特別指定区域の指定変更に係る市原案の縦覧

問合先／都市計画課 ☎42-8753
fax42-1998 toshi@city.kasai.lg.jp

- 内容**／
宇仁地区等10地区の特別指定区域変更に関する市原案
・特別指定区域の指定変更申出原案
・土地利用計画図の変更原案
- 縦覧期間**／7月19日(金)から8月2日(金)まで
- 閲覧場所**／都市計画課(平日のみ 8:30～17:15)
縦覧期間中は参考図書を市ホームページに掲載します。
- 意見提出方法**／
縦覧期間中に同課で所定の意見書を提出できます。
提出方法は市ホームページをご覧ください。

警戒レベルによる避難情報の発令を始めます

問合せ先／危機管理課 ☎42-8751
fax43-1800 bosai@city.kasai.lg.jp

市では、災害発生時や災害発生のおそれがある場合に避難勧告等の避難情報を発令していますが、災害発生の危険度を分かりやすくするため、従来の避難情報に「5段階の警戒レベル」を加えてお知らせします。

●市が発令する避難情報

警戒レベル	住民がとるべき行動	住民に避難を促す情報
レベル5	「命を守るための最善の行動」・・・既に災害が発生している状況	「災害発生情報」 ※災害が実際に発生していることを把握した場合に可能な範囲で発令
レベル4	「全員避難」・・・避難場所への移動が危険な場合は、「近隣の安全な場所や建物内の上階など安全な場所への避難」を行う。	「避難勧告」、「避難指示（緊急）」* ※地域の状況に応じて緊急的または重ねて避難を促す場合等に発令
レベル3	「高齢者等の避難に時間のかかる人は避難」、「他の人は避難準備」・・・避難時間のかかる人は避難行動を、他の人は避難準備をする。	「避難準備・高齢者等避難開始」
レベル2	「避難行動の確認」・・・避難に備え、ハザードマップ等を確認する。	注意報
レベル1	「心構えを高める」・・・防災情報に注意するなど心構えを高める。	警報級の可能性

「ひょうご防災ネット」のスマートフォンアプリ版が登場！

ひょうご防災ネットは、避難情報や地震、大雨など防災情報を提供するサービスで、スマートフォンアプリ版が登場しました。ぜひ、ダウンロードしてお使いください。



Android版



iOS版

あなたの避難場所はどこですか？

問合せ先／危機管理課 ☎42-8751
fax43-1800 bosai@city.kasai.lg.jp

- 指定緊急避難場所／災害が発生または、発生のおそれがある場合に、危険から逃れるために一時的に避難する場所
- 指定避難所／避難した住民が災害の危険性がなくなるまで滞在したり、家に戻れなくなった住民を一時的に滞在させたりして、避難者の生活環境を確保する場所

施設	指定緊急避難場所	指定避難所	施設	指定緊急避難場所	指定避難所	施設	指定緊急避難場所	指定避難所
北条小学校	○	○	泉小学校	○	○	勤労者体育センター	—	○
北条東小学校	○	○	北条中学校	○	○	健康福祉会館	—	○
富田小学校	○	○	善防中学校	○	○	加西市防災センター	—	○
賀茂小学校	○	○	加西中学校	○	○	市民会館	—	○
下里小学校	○	○	泉中学校	○	○	北部公民館	△	△
九会小学校	○	○	加西特別支援学校	—	△	南部公民館	○	○
富合小学校	○	○	いこいの村はりま	—	○	善防公民館	△	△
宇仁小学校	○	○	アノスポーツホール	—	○	北条高校	○	○
日吉小学校	○	○	オクタウン加西	—	○	播磨農業高校	○	○
西在田小学校	○	○	すぱーく加西	—	○	農業大学校	—	○

※△は土砂災害警戒区域内にあり、土砂災害時の避難に注意が必要な施設です。