

知る・測る・相談する
あなたの家族の未来のために

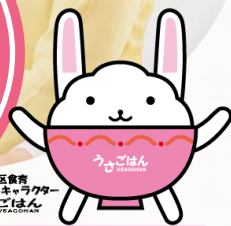
女性のがん啓発・ 健康サポート イベント

正しい知識で、早期発見・早期相談を

参加無料

参加してアンケートに
ご回答いただいた方に
うさごはんグッズ
プレゼント！
(先着)

中野区食育
マスコットキャラクター
うさごはん
USAGOHAN



日時

令和8年 **10月1日(木)** 13:00～16:00

乳がん検診車は 9:00～16:00

会場

中野区役所1階

(ナカノバ・ソトニワ・シェアノマ・ミーティングルームA)

ピンクリボン運動月間にあわせ、18時から
中野区役所をピンク色にライトアップします！



イベント内容

基調講演

『女性にとって大切な「がん予防」
～子宮頸がんを中心に～』

『支える側から、支えられる側になって
～がんを経験した薬剤師から
伝えたいこと～』

時間 14時～15時

定員 40名(先着順) 申込は
こちらから▶

申込 申込期間 9月7日～25日

講師 中澤 直子氏 (東京警察病院 産婦人科医)
小原 道子氏 (帝京平成大学 薬学部教授)



健康測定

ご自身の健康状態をチェックできます！

【測定項目】

- ・握力測定
- ・ヘモグロビン量測定
- ・酸素飽和度測定
- ・口腔機能測定
- ・足指力測定
- ・体成分分析



相談・支援

- ・アピアランスケア 水性ネイル体験
- ・アピアランスケア用品購入費用
助成制度説明
- ・個別相談



乳がん検診

検診車による乳がん検診を実施します



乳がん視触診モデル展示
やプレスト・アウェアネス
等のパネル展示、ピン
クリボン運動の街頭キャ
ンペーンも行います。

※要事前予約(自己負担金あり)
受診券をお持ちでない方は
先ずは受診券を申込みください。



予約はこちらから▶

ワークショップ

参加無料！
お土産付き

【①もぐもぐタウンで学ぶ！
めざせ！食べものマスター！】(協力：大塚製薬)

【②③絵本で知ろう！元気な体づくり
(読み聞かせ会)】(協力：アステラス製薬/
絵本ラウンジLOOPなどの)

時間 ①13:00～
②15:00～ ③15:30～

会場 シェアノマ 申込は
こちらから▶

定員 各回7組(先着順)

申込 申込期間 9月7日～25日



ナトカリ検査

ナトカリとは、ナトリウム(食塩)とカリウム
(野菜等)の摂取バランスを表す指標です。

尿検査と食事アンケートを元に後日、管理栄養士からの
食生活アドバイスが届けます。

申込はこちらから▶

時間 ①13:30～ ②15:00～

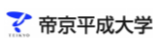
会場 ミーティングルームA

定員 各回30名(先着順)

申込 申込期間 9月7日～25日



共催



協力



お問い合わせ

中野区 健康福祉部 保健企画課 保健企画係・区民健診係

中野区HP▶

☎ 03-3382-2428 (イベントについて) ・ 03-3382-2429 (乳がん検診について)

