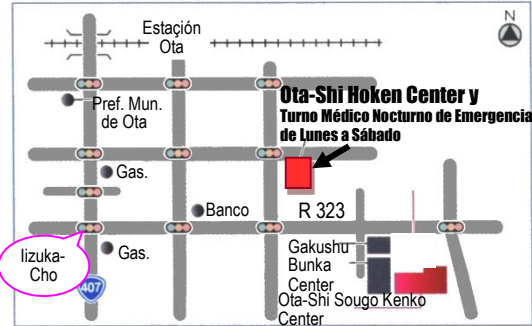


# Calendario de Salud - Adulto

Contacte directamente en uno de los Centros de Salud de abajo, para informes y consultas sobre los programas de salud.

Abril de 2018 a Marzo de 2019



## Ota-Shi Hoken Center

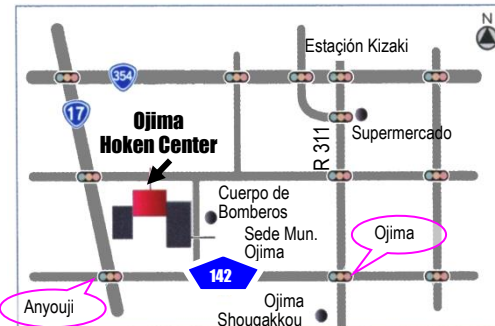
Dir.: 〒373-0851 Iida-Cho 818  
TEL: 0276-46-5115 / FAX: 0276-46-5293

### Turno Médico Nocturno de Emergencia de Lunes a Sábado

(Nueva dir. en 1º de abr. de 2014)  
Dir.: 〒373-0851 Iida-Cho 818, TEL: 0276-60-3099

### Ota-Shi Sougo Kenko Center

Dir.: 〒373-0817 Iizuka-Cho 1549-1  
TEL: 0276-48-9090

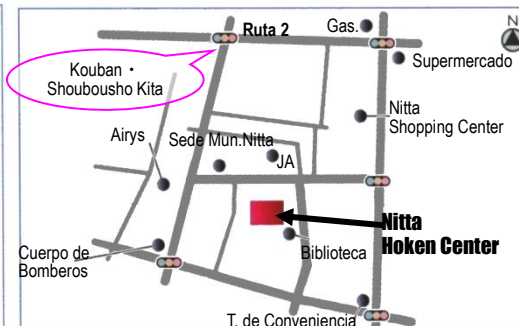


## Ojima Hoken Center

Dir.: 〒370-0421 Kasukawa-Cho 520  
TEL: 0276-52-5200 / FAX: 0276-52-5209

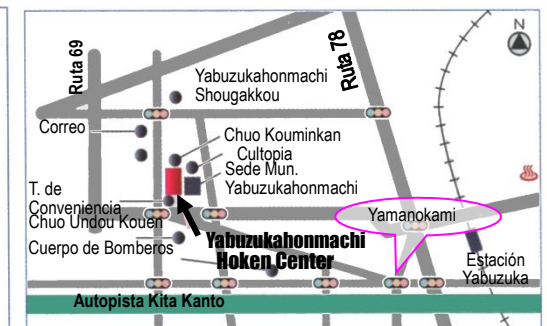
## Examen Individual en Clínicas & Hospitales

- El aviso y el cupón de los exámenes serán enviados con anticipación. Presente sin falta el cupón y el adhesivo del código de barras en el día del examen.
- ☆ El periodo para realizar el Examen Individual es del día 1º de mayo al 20 de diciembre de 2018. (O custo total, fora deste periodo, será por conta própria.)
  - ☆ Verifique en la lista de Clínicas & Hospitales adjunta al aviso del examen, las instituciones médicas registradas en el Centro de Salud de esta ciudad.
  - ☆ El costo del examen será gratuito, realizando la solicitud de extensión (necesitando del sello personal) en el examen, para miembro de familiar beneficiaria de la ayuda de subsistencia "Seikatsu Hogo" o exenta (todos los miembros de la familia) del impuesto municipal del Año Fiscal 2018 (Heisei 30 Nendo).



## Nitta Hoken Center

Dir.: 〒370-0313 Nitta Sorimachi-Cho 879  
TEL: 0276-57-2651 / FAX: 0276-57-3966



## Yabuzukahonmachi Hoken Center

Dir.: 〒379-2304 Obara-Cho 482-1  
TEL: 0277-20-4400 / FAX: 0277-78-4410

**Turno Médico Nocturno de Emergencia de Lunes a Sábado** (Dir.: Ota-Shi Iida-Cho 818)

**Atendimiento:** Lunes a Sábado (excepto en los asuetos nacionales y asueto de fin e inicio de año)  
**Horario:** 18:45 a las 21:45 horas TEL: 0276-60-3099  
**Especialidad Médica:** Clínica General o Pediatría

**Ota-Shi Sougo Kenko Center**  
Dir.: Ota-Shi Iizuka-Cho 1549-1

**Piscina Térmica y Academia de Gimnasia (1º y 2º piso)**  
~ Tome la vida más saludable y alegre ejercitándose ~  
En el área de la piscina encontrará instalaciones de bañeras con hidromasaje y sauna, y en la academia de gimnasia hay equipamientos para correr y bicicletas ergométricas. Participe también de las clases de gimnasia!  
Tasas: Residentes de esta ciudad (arriba de 40 años) → 300 yenes (1 vez)  
Otros (de 18 años para arriba) → 500 yenes (1 vez)  
Funcionamiento: martes a domingo, de las 10:00 a las 21:00 horas (hasta las 17:00 horas los domingos y asuetos). **Informes:** 0276-48-9090

| Examen                         | Contenido del Examen                                                                                                                                                      | Costo (en yenes)               | Condiciones y Edad<br>※Edad en fecha base del día 31 de marzo de 2019.                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Exámenes Específicos           | Examen físico, medida de presión, examen de sangre (lípidos en la sangre, funciones del hígado, riñón, la glucosa y el ácido úrico), de orina y otros.                    | Gratuito                       | Registrado en el Seguro de Salud Nacional del Municipio de Ota con edad a partir de 40 años o registrado en el Sistema de Seguro de Salud para Personas de Edad Avanzada de la Provincia de Gunma. ※No será posible someterse a este examen en caso de perder la calificación de estos sistemas de seguro salud. |
| Cáncer de Próstata             | Examen de sangre.                                                                                                                                                         | ¥500                           | Hombres entre 50 a 74 años                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Cáncer de Estómago             | Examen de Radiografía del estómago después de ingerir bario.<br>Endoscopia                                                                                                | ¥500<br>(gratuito p/ 70 años~) | 40 años para arriba                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Cáncer Colorrectal             | Examen de sangre oculta, en las heces evacuadas durante 2 días.                                                                                                           | ¥500<br>(gratuito p/ 70 años~) | 40 años para arriba                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Cáncer de Mama                 | Mamografía (Radiografía de Mama)                                                                                                                                          | ¥500<br>(gratuito p/ 70 años~) | Mujeres de 40 años para arriba, que no realizaron el examen de Cáncer de Mama de la Prefectura Municipal de Ota del año fiscal 2017.                                                                                                                                                                             |
| Cáncer de Cuello de Útero      | Examen clínico, de papanicolaou y examen ginecológico.                                                                                                                    | ¥500<br>(gratuito p/ 70 años~) | Mujeres de 20 años para arriba                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Examen de Salud "Health Check" | Examen físico, medida de presión, examen de sangre (grasa en la sangre, funciones del hígado, riñón, la glucosa y el ácido úrico y otros), de orina y electrocardiograma. | ¥500<br><br>Gratuito           | 25, 30 y 35 años.<br>Examen de Helicobacter Pylori (H. pylori) para persona de 35 años que desea realizar este examen.                                                                                                                                                                                           |
| Examen de Hepatitis Viral      | Examen de hepatitis viral tipo B y C, a través del examen de sangre.                                                                                                      | Gratuito                       | Miembro de familia beneficiada por la ayuda de subsistencia "Seikatsu Hogo", con edad de 40 años para arriba.                                                                                                                                                                                                    |
| Enfermedad Periodontal         | Examen oral e ditas para prevenir la enfermedad periodontal.                                                                                                              | ¥500<br>(gratuito p/ 70 años)  | Persona que nunca realizó este examen con edad de 40 años p/ arriba, de 5 en 5 años (40, 45, 50, 55... años).                                                                                                                                                                                                    |
|                                |                                                                                                                                                                           |                                | 40, 45, 50, 55, 60, 65, 70 años.                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

# Consulta sobre la Salud del Adulto

- Para Residente del Municipio de Ota
  - Lugar: Centros de Salud Municipales “Ota-Shi Hoken Center”, “Ojima Hoken Center”, “Nitta Hoken Center” y “Yabuzukahonmachi Hoken Center”
  - Horario: a cualesquier hora, dentro do horario de funcionamiento.
  - Contenido: Consulta general sobre la salud y medición de presión.
  - Costo: Gratuito
- Nota: Necesidad de contactar con anticipación, para consulta en los Centros de Salud Municipales “Ojima Hoken Center”, “Nitta Hoken Center” y “Yabuzukahonmachi Hoken Center”.  
Y, para consulta sobre nutrición, contacte con anticipación al Centro de Salud Municipal “Ota-Shi Hoken Center”.

## Orientación de Salud Bucal

Visita domiciliar de Higienista Dental, para orientación de salud bucal. Informes en el Centro de Salud Municipal de Ota próximo a su residencia.

- Residente del Municipio de Ota, en convalecencia en el hogar o con edad de 65 años o más y vive sólo.
- Gratuito

## Soporte para Fumadores

Soporte durante 3 meses, para parar de fumar. Informes en el Centro de Salud Municipal “Ota-Shi Hoken Center”.

- Para residente del Municipio de Ota, con edad de 20 años o más y que desea parar de fumar cigarro.

## Cuaderno de Salud

El Cuaderno de Salud fué elaborada para la administración de la salud de cada ciudadano, siendo posible registrar además del resultado de las consultas médicas, la presión arterial, el peso y otros datos relacionados a la salud. Y para adquirirlo, contacte al Centro de Salud Municipal próximo a su residencia. También es posible bajarlo por internet a través del site oficial del Ministerio da Salud, Trabajo y Bienestar Social.

# Examen Colectivo

El aviso y el cupón de los exámenes serán enviados con anticipación. Presente sin falta el cupón y el adhesivo con el código de barras, en el día del examen.  
El costo del examen será gratuito, realizando la solicitud de extensión (necesitando del sello personal) en el examen, para miembro de familiar beneficiaria de la ayuda de subsistencia “Seikatsu Hogo” o exenta (todos los miembros de la familia) del impuesto municipal del Año Fiscal 2018 (Heisei 30 Nendo).  
(Edad en fecha base del día 31 de marzo de 2019.)

## Rayo X del Tórax (Examen de Tuberculosis y Cáncer de Pulmón)

- Edad: a partir de 40 años. Obs.: El Examen de Tuberculosis anual es obligatorio a partir de los 65 años de edad así, realice el examen de rayo X del tórax.
- Contenido: consulta médica, rayo X del tórax y examen de expectoración (Este último, solamente en caso que el resultado de la consulta indique la necesidad). Obs.: No será posible realizar solamente el examen de expectoración.
- Costo: Rayo X= 500 yenes (gratuito a partir de 65 años). Examen de expectoración=500 yenes (gratuito a partir de 70 años). Obs.: Se recomienda realizar el examen en una institución médica en el caso que el resultado de la consulta médica constará “sangre en la expectoración”.

| Región   | Mes  | Día      |
|----------|------|----------|
| Kuhaku   | Jun. | 4 Lun.   |
|          |      | 5 Mar.   |
|          |      | 6 Miér.  |
| Niragawa | Jun. | 7 Jue.   |
|          |      | 8 Vier.  |
|          |      | 19 Mar.  |
|          |      | 20 Miér. |
|          |      | 21 Jue.  |
| Godo     | Jul. | 2 Lun.   |
|          |      | 3 Mar.   |
|          |      | 4 Miér.  |
|          |      | 5 Jue.   |
|          |      | 6 Vier.  |
| Housen   | Jul. | 9 Lun.   |
|          |      | 10 Mar.  |
|          |      | 12 Jue.  |

| Región         | Mes  | Día      |
|----------------|------|----------|
| Housen         | Jul. | 13 Vier. |
|                |      | 20 Vier. |
|                |      | 23 Lun.  |
|                |      | 24 Mar.  |
| Morita         | Jul. | 25 Miér. |
|                |      | 26 Jue.  |
|                |      | 27 Vier. |
|                |      | 31 Mar.  |
|                |      | 1º Miér. |
| Ojima / Serada | Ago. | 10 Vier. |
|                |      | 17 Vier. |
|                |      | 20 Lun.  |
|                |      | 27 Lun.  |
|                |      | 28 Mar.  |
| Ota            | Ago. | 29 Miér. |
|                |      | 30 Jue.  |
|                |      | 31 Vier. |

| Región           | Mes  | Día      |
|------------------|------|----------|
| Ota              | Sep. | 3 Lun.   |
| Geral            | Sep. | 4 Mar.   |
|                  |      | 5 Miér.  |
|                  |      | 6 Jue.   |
|                  |      | 7 Vier.  |
| Torinogo         | Sep. | 10 Lun.  |
|                  |      | 11 Mar.  |
|                  |      | 12 Miér. |
|                  |      | 13 Jue.  |
|                  |      | 14 Vier. |
| Sawano           | Sep. | 18 Mar.  |
|                  |      | 19 Miér. |
|                  |      | 20 Jue.  |
|                  |      | 21 Vier. |
|                  |      | 25 Mar.  |
|                  |      | 26 Miér. |
|                  |      | 27 Jue.  |
| Ikushina/ Kizaki | Sep. | 27 Jue.  |

| Región                 | Mes  | Día      |
|------------------------|------|----------|
| Ikushina/ Kizaki       | Sep. | 28 Vier. |
|                        | Oct. | 1º Lun.  |
|                        |      | 2 Mar.   |
|                        |      | 3 Miér.  |
| Yabuzuka Leste e Oeste | Oct. | 4 Jue.   |
|                        |      | 5 Vier.  |
|                        |      | 9 Mar.   |
|                        |      | 10 Miér. |
|                        |      | 15 Lun.  |
|                        |      | 16 Mar.  |
|                        |      | 17 Miér. |
| Kuai                   | Oct. | 18 Jue.  |
|                        |      | 19 Vier. |
|                        |      | 22 Lun.  |
|                        |      | 23 Mar.  |
|                        |      | 24 Miér. |
|                        |      | 25 Jue.  |
|                        |      | 26 Vier. |
| Watauchi               | Oct. | 26 Vier. |

| Región   | Mes  | Día          |
|----------|------|--------------|
| Watauchi | Oct. | 29 Lun.      |
|          |      | 30 Mar.      |
| Geral    | Nov. | 31 Miér.     |
|          |      | 1º (*1) Jue. |
|          |      | 2 (*2) Vier. |
|          |      | 6 Mar.       |
|          |      | 7 Miér.      |

- ◎ Confirme las informaciones como el lugar y horario en el aviso de este examen.
- ◎ La persona de 65 años para arriba y que realizó el rayo X del tórax en una clínica o en un hospital, necesitará informarlo en uno de los Centros de Salud de esta ciudad.
- (\*1) El examen de la parte de la mañana del día 1º/Nov./’18 será limitado para mujeres.
- (\*2) El examen de la parte de la tarde del día 2/Nov./’18 será limitado para personas que utilizan silla de ruedas.
- Obs.: Necesidad de inscripción.

# Examen Colectivo

El aviso y el cupón de los exámenes serán enviados con anticipación. Presente sin falta el cupón y el adhesivo con el código de barras, en el día del examen.  
(Edad en fecha base del día 31 de marzo de 2019.)

El costo del examen será gratuito, realizando la solicitud de exención (necesitando del sello personal) en el examen, para miembro de familiar beneficiaria de la ayuda de subsistencia "Seikatsu Hogo" o exenta (todos los miembros de la familia) del impuesto municipal del Año Fiscal 2018 (Heisei 30 Nendo).

## Examen Preventivo contra el Cáncer de Mama

**Nota: Examen solamente de mamografía (radiografía de la mama).**

~Necesidad de Inscripción~

**Edad:** Mujeres de 40 años para arriba, que no realizaron el examen del Cáncer de Mama de la Pref. Mun. de Ota en el año fiscal 2017.

(Edad en fecha base del día 31 de marzo de 2019.)

**Contenido:** Mamografía (radiografía da mama)

**Horario para Llegar:**

① 9:30 ~ 10:00 (hasta 40 personas)

Obs.: en este horario solamente en los Centros de Salud Hoken Center

② 13:00 ~ 13:30 (hasta 30 personas)

③ 13:30 ~ 14:00 (hasta 30 personas)

**Costo:** 500 yenes (gratuito a partir de 70 años)

**Inscripción:** a través del teléfono, por la propia interesada, en uno de los Centros de Salud Mun. "Hoken Center". A partir de las 8:30 de la mañana del día de inicio de inscripción correspondiente. No será posible inscribirse en los Centros Comunitarios Mun. "Gyousei Center".

**Inicio de Inscripción:** de acuerdo con la programación de abajo. Las inscripciones serán encerradas al completar el número de capacidad.

| Fecha           | Lugar                         | Horario |   |   | Inicia Inscripción |
|-----------------|-------------------------------|---------|---|---|--------------------|
|                 |                               | ①       | ② | ③ |                    |
| 21/mayo (lun.)  | Ota-Shi Hoken Center          | ●       | ● | ● | 8/ mayo (mar.)     |
| 23/mayo (miér.) | Housen Gyousei Center         |         | ● | ● |                    |
| 28/mayo (lun.)  | Ota-Shi Hoken Center          | ●       | ◎ | ◎ |                    |
| 30/mayo (miér.) | Nitta Hoken Center            | ●       | ◎ | ◎ |                    |
| 4/jun. (lun.)   | Yabuzukahonmachi Hoken Center | ●       | ◎ | ◎ | 22/ mayo (mar.)    |
| 5/jun. (mar.)   | Ota-Shi Hoken Center          | ●       | ● | ● |                    |
| 7/jun. (jue.)   | Godo Gyousei Center           |         | ● | ● |                    |
| 8/jun. (vier.)  | Ota-Shi Hoken Center          | ●       | ◎ | ◎ |                    |
| 13/jun. (miér.) | Ojima Hoken Center            | ●       | ◎ | ◎ |                    |
| 14/jun. (jue.)  | Torinogo Gyousei Center       |         | ● | ● |                    |
| 15/jun. (vier.) | Ota-Shi Hoken Center          | ●       | ● | ● | 5/ jun. (mar.)     |
| 19/jun. (mar.)  | Nitta Hoken Center            | ●       | ● | ● |                    |
| 20/jun. (miér.) | Sawano Gyousei Center         |         | ● | ● |                    |
| 21/jun. (jue.)  | Yabuzukahonmachi Hoken Center | ●       | ● | ● |                    |
| 22/jun. (vier.) | Ota-Shi Hoken Center          | ●       | ● | ● |                    |
| 25/jun. (lun.)  | Ota-Shi Hoken Center          | ●       | ● | ● |                    |
| 26/jun. (mar.)  | Kyuhaku Gyousei Center        |         | ● | ● |                    |

**Nota: "◎" Significa que también Será posible realizar el Examen Preventivo contra el Cáncer del Cuello Uterino en el mismo lugar.**

## ¡ATENCIÓN!

**Quien no podrá realizar la Mamografía:**

- Tiene implante en los senos, portadora de marcapasos, realizó cirugía para hidrocefalia (implante de válvula) ou tiene implante de dispositivo de cateter vascular;
- Embarazada, madre que está amamantando o con menos de 2 años después del parto;
- En los últimos 6 meses tuvo secreción y/o nódulos mamarios;
- Posee historico médico de cáncer de mama en los últimos 10 años o posee actualmente enfermedad mamaria y está en tratamiento o en observación médica.
- Quien sufre de dolores debido a herida externa en el tórax;
- Posee la columna vertebral extremadamente curvada o, está imposibilitada de caminar sola.

| Fecha           | Lugar                         | Horario |   |   | Inicia Inscripción |
|-----------------|-------------------------------|---------|---|---|--------------------|
|                 |                               | ①       | ② | ③ |                    |
| 11/jul. (miér.) | Ota-Shi Hoken Center          | ●       | ● | ● | 26/ jun. (mar.)    |
| 12/jul. (jue.)  | Kuai Gyousei Center           |         | ● | ● |                    |
| 13/jul. (vier.) | Ota-Shi Hoken Center          | ●       | ● | ● |                    |
| 25/jul. (miér.) | Ojima Hoken Center            | ●       | ◎ | ◎ |                    |
| 26/jul. (jue.)  | Yabuzukahonmachi Hoken Center | ●       | ● | ● |                    |
| 9/ago. (jue.)   | Nitta Hoken Center            | ●       | ◎ | ◎ | 25/ jul. (miér.)   |
| 27/ago. (lun.)  | Ota-Shi Hoken Center          | ●       | ◎ | ◎ |                    |
| 28/ago. (mar.)  | Morita Gyousei Center         |         | ● | ● |                    |
| 29/ago. (miér.) | Nitta Hoken Center            | ●       | ◎ | ◎ |                    |
| 18/sep. (mar.)  | Niragawa Gyousei Center       |         | ● | ● | 4/ sep. (mar.)     |
| 19/sep. (miér.) | Nitta Hoken Center            | ●       | ● | ● |                    |
| 26/sep. (miér.) | Yabuzukahonmachi Hoken Center | ●       | ● | ● |                    |
| 22/oct. (lun.)  | Ota-Shi Hoken Center          | ●       | ● | ● | 9/ oct. (mar.)     |
| 1º /nov. (jue.) | Ojima Hoken Center            | ●       | ● | ● |                    |
| 2/nov. (vier.)  | Nitta Hoken Center            | ●       | ● | ● |                    |
| 9/nov. (vier.)  | Ota-Shi Hoken Center          | ●       | ● | ● |                    |

## Examen Preventivo contra el Cáncer del Cuello Uterino

**Edad:** mujeres con edad a partir de 20 años (aproximadamente 140 mujeres)

**Contenido del examen:** examen clínico, examen de papanicolau y examen ginecológico.

**Horario para Llegar:** 13:00 a las 14:00

(inicio del examen:13:30~)

**Costo:** 500 yenes (gratuito a partir de 70 años)

Obs.: Realice el examen cuando este fuera del período de menstruación.

~ Dirijase directamente a uno de los lugares indicados abajo, para realizar el examen.~

| Fecha            | Lugar                           |
|------------------|---------------------------------|
| 22/mayo (mar.)   | Yabuzukahonmachi Hoken Center   |
| 23/mayo (miér.)  | Ojima Hoken Center              |
| 24/mayo (jue.)   | Niragawa Gyousei Center         |
| 28/mayo (lun.)   | Ota-Shi Hoken Center ◇          |
| 29/maio (mar.)   | Torinogo Gyousei Center         |
| 30/mayo (miér.)  | Nitta Hoken Center ◇            |
| 4/jun. (lun.)    | Yabuzukahonmachi Hoken Center ◇ |
| 7/ jun. (jue.)   | Housen Gyousei Center           |
| 8/jun. (vier.)   | Ota-Shi Hoken Center ◇          |
| 13/ jun. (miér.) | Ojima Hoken Center ◇            |
| 20/ jun. (miér.) | Godo Gyousei Center             |
| 21/ jun. (jue.)  | Morita Gyousei Center           |
| 26/ jun. (mar.)  | Nitta Hoken Center ★            |
| 11/ jul. (miér.) | Yabuzukahonmachi Hoken Center   |
| 12/jul. (jue.)   | Kyuhaku Gyousei Center          |
| 20/jul. (vier.)  | Sawano Gyousei Center           |
| 25/jul. (miér.)  | Ojima Hoken Center ◇            |
| 9/ago. (jue.)    | Nitta Hoken Center ◇            |
| 27/ago. (lun.)   | Ota-Shi Hoken Center ◇          |
| 28/ago. (mar.)   | Yabuzukahonmachi Hoken Center   |
| 29/ago. (miér.)  | Nitta Hoken Center ◇            |
| 3/sep. (lun.)    | Yabuzukahonmachi Hoken Center ★ |
| 20/sep. (jue.)   | Kuai Gyousei Center             |
| 21/sep. (vier.)  | Ota-Shi Hoken Center ★          |

★ Día recomendado para madre con niño pequeño pues, en este día durante el examen habrá el servicio de atendimento para estos niños.

◇ Quien se encuadra, también podrá realizar el Examen Preventivo contra el Cáncer de Mama en el mismo lugar.

Obs.: necesidad de inscripción.

# Examen de Osteoporosis

Diríjase directamente en uno de los lugares del lado, para realizar el examen.

**Edad:** mujeres con 30, 35, 40, 45, 50, 55, 60, 65 y 70 años de edad.

Obs.:No es objeto de este examen mujeres de a partir de 71 años de edad.

**Contenido:** Examen Físico, medición del hueso del talón, utilizando ondas de ultrasonido.

**Horario:** de mañana de las 10:00 ~ 11:00 y de tarde, de las 13:30 ~ 14:30

**Costo:** 500 yenes (gratuito para mujeres de 70 años)

Obs.: Se recomienda no usar media, pantimedia o semejantes en el día, debido a que este examen será

## Exámenes Específicos

~ Diríjase directamente a uno de los lugares indicados abajo, para realizar el examen. ~

Edad: Mayores de 40 años inscritos en el Seguro de Salud Nacional del Municipio de Ota  
※No será posible realizar este examen después de la pérdida de calificación de estas condiciones.

Obs.:Realizar el examen individual, si está registrado en el Sistema de Seguro de Salud para personas de edad avanzada de la Provincia de Gunma.

**Contenido:** Examen físico, medida de presión, examen de sangre (gordura en la sangre, funciones del hígado y de los riñones, glucosa y ácido úrico), de orina y otros.

**Horario para Llegar:** 13:00 ~ 14:30

**Costo:** Gratuito

**Obs.:** Realice el examen individual del Examen de Hepatitis Viral y el Examen Preventivo del Cáncer de Próstata

| Día              | Lugar          | Día             | Lugar                  |
|------------------|----------------|-----------------|------------------------|
| 24/mayo (jue.)   | Serada G. C.   | 19/jun. (mar.)  | Yabuzukahonmachi H. C. |
| 25/mayo (vier.)  | Morita G. C.   | 26/jun. (mar.)  | Ojima G. C.            |
| 29/mayo (mar.)   | Housen G. C.   | 27/jun. (miér.) | Torinogo G.C.          |
| 30/mayo (miér.)  | Godo G. C.     | 28/jun. (jue.)  | Kuai G. C.             |
| 1º /jun. (vier.) | Niragawa G. C. | 3/jul. (mar.)   | Ota-Shi H. C.          |
| 5/jun. (mar.)    | Kizaki G. C.   | 6/jul. (vier.)  | Yabuzukahonmachi H. C. |
| 6/jun. (miér.)   | Watauchi G. C. | 25/sep. (mar.)  | Ota-Shi H. C.          |
| 8/jun. (vier.)   | Ikushina G. C. | 3/oct. (miér.)  | Yabuzukahonmachi H. C. |
| 12/jun. (mar.)   | Nitta H. C.    | 4/oct. (jue.)   | Ojima H. C.            |
| 13/jun. (miér.)  | Kyuhaku G. C.  | 9/oct. (mar.)   | Nitta H. C.            |
| 14/jun. (jue.)   | Sawano G. C.   |                 |                        |

H. C.- Centro de Salud Municipal “Hoken Center”

G. C.- Centro Comunitario Municipal “Gyousei Center”

※En caso de estar ya en tratamiento de osteoporosis continúe con este en la institución médica.

| Fecha          | Lugar<br>(10:00 ~ 11:00) | Lugar<br>(13:30 ~ 14:30) | Fecha          | Lugar<br>(10:00 ~ 11:00) | Local<br>(13:30 ~ 14:30) |
|----------------|--------------------------|--------------------------|----------------|--------------------------|--------------------------|
| 10/oct.(miér.) | Ojima H. C.              |                          | 15/oct.(lun.)  | Ota-Shi H. C.            | Ota-Shi H. C.            |
| 11/oct.(jue.)  | Yabuzukahonmachi H. C.   |                          | 19/oct.(vier.) | Ota-Shi H. C.            | Ota-Shi H. C.            |
| 12/oct.(vier.) | Nitta H. C.              | Nitta H. C.              | 25/oct.(jue.)  | Ota-Shi H. C.            |                          |

H.C.- Centro de Salud Municipal “Hoken Center”

## Examen Preventivo contra Cáncer de Estómago

~ Diríjase directamente a uno de los lugares indicados abajo, para realizar el examen. ~

**Edad:** a partir de 40 años (Se le recomienda el examen en una institución médica, individualmente, para persona de 70 años para arriba.)

**Contenido:** examen de rayo X del estómago después de ingerir bario.

**Horario:** de las 8:30 a las 10:00 horas

**Costo:** 500 yenes (gratuito a partir de 70 años)

- Tomar la cena hasta las 21:00 en el día anterior al examen.
- En el día del examen no deberá alimentarse de mañana, tampoco beberá algo (agua, té, etc.) y también, no deberá fumar. Sin embargo, hasta dos horas antes del examen podrá beber un vaso (aproximadamente 200cc) de agua tibia o fría.
- La vestimenta deberá ser ropa sin botón, cierre o cualquier metal y de telado sin estampado, dando preferencia a las vestimentas que faciliten el examen, como pantalón de elástico en la cintura y otros.
- Quien sufre de presión alta, enfermedad cardíaca, diabetes, úlcera gástrica o duodenal o, alguna otra enfermedad y está en tratamiento o intervenida quirúrgicamente (inclusive la cirugía endoscópica) en el estómago o intestino, deberá realizar el examen individual, en clínica u hospital.
- Quien está tomando hipoglicemiantes, realizando inhalación de oxígeno o sobre instrucción, no podrá realizar el examen colectivo. Realice el examen individual, en clínica u hospital.
- Siendo que, las embarazadas no podrán realizar este examen.

| Día            | Lugar                  | Día             | Lugar                  |
|----------------|------------------------|-----------------|------------------------|
| 25/mayo(vier.) | Torinogo G. C.         | 24/ago. (vier.) | Sawano G. C.           |
| 4/jun. (lun.)  | Ojima H. C.            | 18/sep. (mar.)  | Nitta H. C.            |
| 12/jun. (mar.) | Morita G. C.           | 19/sep. (miér.) | Yabuzukahonmachi H. C. |
| 14/jun. (jue.) | Yabuzukahonmachi H. C. | 1º /oct. (lun.) | Godo G.C.              |
| 21/jun (jue.)  | Housen G. C.           | 6/nov. (mar.)   | Ojima H. C.            |
| 2/jul. (lun.)  | Kyuhaku G. C.          | 8/nov. (jue.)   | Nitta H. C.            |
| 30/jul. (lun.) | Kuai G. C.             | 12/nov. (lun.)  | Ota-Shi H. C.          |
| 20/ago.(lun.)  | Niragawa G. C.         |                 |                        |