

健診費用助成券等封入封緘業務委託仕様書

1 作業予定表の提出

受託した日から7日以内に、作業予定表を提案書として提出すること。提案書をもとに、明石市と受託者で協議し、詳細な作業スケジュールを決定する。

2 委託業務の内容

- (1) 健診費用助成券（連続帳票）、封筒、同封印刷物を作成する。
- (2) 健診費用助成券（連続帳票）に明石市から受け取ったデータを基に印字し、分割及び2つ折り処理する。
- (3) 上記(2)の帳票1件ごとに、券種番号別に指定された同封印刷物を、窓あき封筒に封入及び封緘する。

※ 券種番号等（健診費用助成券の宛名下部に出力）

999999 - 9 - 999999 - 99999999
 券種別連番 券種番号 帳票連番(通し番号) 整理番号

3 作成帳票類（詳細は、別紙印刷仕様書のとおり。）

- | | |
|--------------------|----------|
| (1) 健診のお知らせ | 115,000部 |
| ※ A3サイズを2枚あわせてDM折り | |
| (2) 乳がん検診手帳 | 2,300部 |
| (3) 子宮頸がん検診手帳 | 1,700部 |
| (4) 健診費用助成券（連続帳票） | 115,000部 |
| (5) 送付用封筒（受託者封入用） | 95,000部 |
| (6) 送付用封筒（手封入用） | 25,000部 |

4 健診費用助成券の同封印刷物について

券種番号	封入通数 (見込)	封入数	同封印刷物			
			助成券	健診の お知らせ	乳手帳	子宮手帳
1	2,100	3点	○	○	○	×
2	1,500	3点	○	○	×	○
3	69,000	2点	○	○	×	×
4	17,000					
計	89,600	—	—	—	—	—

※券種番号3と4の封入物は同じです。

5 作業日程

明石市は、令和6年5月17日（金）までに、健診費用助成券に必要事項を印字するためのデータを受託者に受け渡す。

受託者は、受け取ったデータを基に健診費用助成券に必要事項を印刷し、同封印刷物（2点または3点）とあわせて窓あき封筒に封入及び封緘し、令和6年6月10日（月）午前中に指定の場所に納品を行う。このとき、同封印刷物・窓あき封筒等の未使用分、各印刷物の原稿データについてもあわせて納品を行う。

※日程は現段階の予定であり、落札後に明石市と受託者で日程の調整を行う。

6 留意事項

- (1) 窓あき封筒の窓部分に宛名欄が表示されるように封入すること。
- (2) 封入封緘方法は問わない。ただし、しっかりと封緘すること。
- (3) 納品について
 - ① 健診費用助成券の印字順（券種順の券種別連番順）に整理して納品する。
 - ② 50部ごとに輪ゴムでかつ束する。
 - ③ 健診費用助成券の出力枚数と、封入した枚数が同等であることを確認すること。
 - ④ 万が一、連続帳票に汚損または破損が生じた場合、受託者は保健予防課に対しその現物を返還すること。
 - ⑤ 納品の際には、郵便発送用の整理梱包するダンボール箱を受託者が用意し、それに郵便区分（明石郵便局分〔〒673〕、明石西郵便局分〔〒674〕、市外分）ごとに梱包すること。（市外分については、封筒でも可。）
 - ⑥ 郵便発送用のダンボール箱等には、郵便区分及び健診費用助成券の帳票連番（始め～終り）を記載すること。
 - ⑦ 封入物の受渡場所及び納品場所は、郵便区分に該当する郵便局に（保健予防課職員が立会い）、市外分及び未使用帳票については保健予防課（あかし保健所4階）とする。
※ 受渡場所及び納品場所については、変更する場合があります。
 - ⑧ 封入物の受取及び納品は、受託者が責任を持って行うこと。
 - ⑨ 個人情報保護のため、封入封緘作業を行う工場の所在地についても、出来る限り近隣地であること。危険回避の観点から、製品等の運搬については原則として受託者が責任を持って行うこと。

7 遵守事項

受託業者は、本仕様書及び個人情報保護法、明石市契約規則、関係法令を遵守すること。

8 その他

この仕様書に規定されていない事項については、明石市と受託者が協議して決めるものとする。

電算帳票印刷仕様書

明石市		発注課 保健予防課 (疾病予防係)			担当者 藤井 佑一 内線 (7011-2431)		
帳票名 健診費用助成券				納品指定日時間 令和6年6月10日(月) (他帳票と共に封入封緘)			
帳票コード		R	M	8	納品場所		
レイアウト変更の有無 <input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 新規 ※「有」の場合は、変更箇所が分かるものを添付してください。 ※新規帳票、出力位置の変更がある場合は、事前に情報管理課と協議してください。							
仕上サイズ (インチ) 1セット (1) 枚・連 縦 8 i × 横 9.5 i			印刷セット数 115,000 S		折り畳みサイズ (インチ) 縦 8 i		箱詰単位 (セット) 1,000 S
項目	枚目	紙質	紙厚	台紙色	刷色 (表面)	刷色 (裏面)	
用紙印刷	1	上質紙	110 kg	白色	フルカラー 色	黒色	
	2		kg	色	色	色	
	3		kg	色	色	色	
ミシン	縦 2 本 <input checked="" type="checkbox"/> 左 <input type="checkbox"/> 中 <input checked="" type="checkbox"/> 右			強弱 <input type="checkbox"/> 強 <input checked="" type="checkbox"/> 中 <input type="checkbox"/> 弱			
	横 1 本 8 インチ毎			強弱 <input type="checkbox"/> 強 <input checked="" type="checkbox"/> 中 <input type="checkbox"/> 弱			
	ジャンピングミシン 本 <input type="checkbox"/> 縦 <input type="checkbox"/> 横			変則横ミシン 本			
ピンホール	シングル (S) <input checked="" type="checkbox"/> 左 <input type="checkbox"/> 中 <input checked="" type="checkbox"/> 右			ダブル (W) <input type="checkbox"/> 左 <input type="checkbox"/> 中 <input type="checkbox"/> 右			
ホールカット	ファイルホール 穴			コーナーカット ヶ所			
ちょうあい 丁合	種類 <input type="checkbox"/> 紙ホッチキス <input type="checkbox"/> 糊付け (線糊・点糊)			取付場所 <input type="checkbox"/> 左 <input type="checkbox"/> 右 <input type="checkbox"/> 上 <input type="checkbox"/> 下			
減感 (発色防止)	<input type="checkbox"/> 有 (一部カーボン) <input type="checkbox"/> 無 (全面カーボン)						
その他	<ul style="list-style-type: none"> 校正は2回 (予定) 印刷データの著作権は明石市に帰属すること。 帳票納品時、印刷データ (イラストレーターで使用可能のもの) も納品すること。 						
納品用紙の箱	<ul style="list-style-type: none"> 大きさは、高さ：23cm、縦：32cm、横：35cm以下にしてください。 様式は、落とし込み蓋式で、内箱は、一面開きとしてください。 外箱に「帳票名」、「帳票コード」、「仕上げサイズ」を明記してください。 						

	1	2	3	4	5	6	7	8	9																															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9																															
○	2	○注意事項				<p><受診に必要なもの></p> <ul style="list-style-type: none"> ・明石市健診費用助成券 ・健康保険証等の本人確認ができる書類 <small>(健康まもりタイ健診・後期高齢者健康診査を受診する場合は、保険証(被保険者証)に限ります。)</small> ・各がん検診・肝炎ウイルス検診を受診する場合は、検診料金 <p>※ 下記に該当する人は、助成券に記載されている各がん検診・肝炎ウイルス検診の料金が無料になります。受診の際に、下記の書類を提出してください。</p> <p>生活保護世帯の人は、 ⇒ 生活保護受給証明書</p> <p>身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳を持っている人は、 ⇒ 各手帳</p> <p>世帯全員が市民税非課税世帯の人は、 ⇒ 個人負担金免除決定通知書 または 介護保険料決定通知書 (注) 個人負担金免除決定通知書は、保健予防課にて発行しますので、ご連絡ください。</p>				○																														
○	5	1 受診するときには、右に記載している書類等を窓口に提出してください。揃っていない場合は、受診できません。								○																														
○	8	2 各種健診はこの券に記載してある有効期限内に受診してください。								○																														
○	11	3 各種健診の受診結果は、受診者本人に対して通知するとともに、明石市において保存し、必要に応じ、保健指導等に活用しますので、ご了承の上、受診願います。								○																														
○	14	4 健康まもりタイ健診及び後期高齢者健康診査受診結果のデータファイルは、決済代行機関で点検されることがあるほか、国への実施結果報告として匿名化され、部分的に提出されますので、ご了承の上、受診願います。								○																														
○	17	5 不正にこの券を使用した者は、刑法により詐欺罪として懲役の処分を受けることもあります。								○																														
○	20	6 この券の記載事項(住所・氏名等)に変更があった場合には、明石市に連絡して訂正を受けてください。								○																														
○	23	7 過去の特定健康診査等の結果を加入していた保険者から、オンラインにより取得する場合があります。データの取得に同意されない方は、別途申請書の提出が必要となります。				○																																		
○	26	○各健診の内容				○																																		
	27	<table border="1"> <thead> <tr> <th>健診名</th> <th>対象者(※1)</th> <th>受診回数</th> <th>検査内容</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>健康まもりタイ健診 <small>(特定健康診査)</small></td> <td>40歳以上の 国民健康保険加入者</td> <td rowspan="2">1年度に1回</td> <td rowspan="2">高血圧症、脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病を早期に発見できます。 ・問診 ・身体計測[身長、体重、腹囲(※2)] ・医師の診察 ・血圧測定 ・尿検査[糖、蛋白、潜血] ・血液検査[中性脂肪、HDL・LDLコレステロール、AST、ALT、γ-GT、血糖、HbA1c、血清クレアチニン、eGFR、尿酸値]</td> </tr> <tr> <td>後期高齢者健康診査</td> <td>後期高齢者医療制度加入者</td> </tr> <tr> <td>大腸がん検診</td> <td>40歳以上の市民</td> <td>1年度に1回</td> <td>便を2日採取します。便の中の血液を調べ、大腸内の出血の有無を調べます。</td> </tr> <tr> <td>胸部検診</td> <td>40歳以上の市民</td> <td>1年度に1回</td> <td>胸のレントゲン撮影をします。必要な方は、たんを採取し、気管支などから混じり出るがん細胞の有無を調べます。また、アスベスト健診も実施しています。</td> </tr> <tr> <td>胃がんリスク検診</td> <td>40歳以上の市民</td> <td>5年度に1回 (※3)</td> <td>採血を行い、ピロリ菌感染の有無や胃粘膜の萎縮度を調べ、胃がんになりやすいかどうかを判定します。直接胃がんを見つける検診ではありません。</td> </tr> <tr> <td>乳がん検診</td> <td>40歳以上の女性市民</td> <td>2年度に1回</td> <td>マンモグラフィを行います。小さな石灰化のある乳がんの発見に有効です。</td> </tr> <tr> <td>子宮がん検診</td> <td>20歳以上の女性市民</td> <td>2年度に1回</td> <td>子宮けい部の組織を採取し、がん細胞の有無や種類を調べます。必要な方は、子宮体部の検査もします。生理中は避けてください。</td> </tr> <tr> <td>肝炎ウイルス検診</td> <td>40歳以上の市民</td> <td>1回のみ</td> <td>採血を行い、C型肝炎およびB型肝炎に感染しているかを調べます。</td> </tr> </tbody> </table>				健診名	対象者(※1)	受診回数	検査内容	健康まもりタイ健診 <small>(特定健康診査)</small>	40歳以上の 国民健康保険加入者	1年度に1回	高血圧症、脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病を早期に発見できます。 ・問診 ・身体計測[身長、体重、腹囲(※2)] ・医師の診察 ・血圧測定 ・尿検査[糖、蛋白、潜血] ・血液検査[中性脂肪、HDL・LDLコレステロール、AST、ALT、γ-GT、血糖、HbA1c、血清クレアチニン、eGFR、尿酸値]	後期高齢者健康診査	後期高齢者医療制度加入者	大腸がん検診	40歳以上の市民	1年度に1回	便を2日採取します。便の中の血液を調べ、大腸内の出血の有無を調べます。	胸部検診	40歳以上の市民	1年度に1回	胸のレントゲン撮影をします。必要な方は、たんを採取し、気管支などから混じり出るがん細胞の有無を調べます。また、アスベスト健診も実施しています。	胃がんリスク検診	40歳以上の市民	5年度に1回 (※3)	採血を行い、ピロリ菌感染の有無や胃粘膜の萎縮度を調べ、胃がんになりやすいかどうかを判定します。直接胃がんを見つける検診ではありません。	乳がん検診	40歳以上の女性市民	2年度に1回	マンモグラフィを行います。小さな石灰化のある乳がんの発見に有効です。	子宮がん検診	20歳以上の女性市民	2年度に1回	子宮けい部の組織を採取し、がん細胞の有無や種類を調べます。必要な方は、子宮体部の検査もします。生理中は避けてください。	肝炎ウイルス検診	40歳以上の市民	1回のみ	採血を行い、C型肝炎およびB型肝炎に感染しているかを調べます。	○
健診名	対象者(※1)	受診回数	検査内容																																					
健康まもりタイ健診 <small>(特定健康診査)</small>	40歳以上の 国民健康保険加入者	1年度に1回	高血圧症、脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病を早期に発見できます。 ・問診 ・身体計測[身長、体重、腹囲(※2)] ・医師の診察 ・血圧測定 ・尿検査[糖、蛋白、潜血] ・血液検査[中性脂肪、HDL・LDLコレステロール、AST、ALT、γ-GT、血糖、HbA1c、血清クレアチニン、eGFR、尿酸値]																																					
後期高齢者健康診査	後期高齢者医療制度加入者																																							
大腸がん検診	40歳以上の市民	1年度に1回	便を2日採取します。便の中の血液を調べ、大腸内の出血の有無を調べます。																																					
胸部検診	40歳以上の市民	1年度に1回	胸のレントゲン撮影をします。必要な方は、たんを採取し、気管支などから混じり出るがん細胞の有無を調べます。また、アスベスト健診も実施しています。																																					
胃がんリスク検診	40歳以上の市民	5年度に1回 (※3)	採血を行い、ピロリ菌感染の有無や胃粘膜の萎縮度を調べ、胃がんになりやすいかどうかを判定します。直接胃がんを見つける検診ではありません。																																					
乳がん検診	40歳以上の女性市民	2年度に1回	マンモグラフィを行います。小さな石灰化のある乳がんの発見に有効です。																																					
子宮がん検診	20歳以上の女性市民	2年度に1回	子宮けい部の組織を採取し、がん細胞の有無や種類を調べます。必要な方は、子宮体部の検査もします。生理中は避けてください。																																					
肝炎ウイルス検診	40歳以上の市民	1回のみ	採血を行い、C型肝炎およびB型肝炎に感染しているかを調べます。																																					
○	45	<p>※1 年齢は、当該年度末(3月31日)時点の年齢です。</p> <p>※2 後期高齢者健康診査には、腹囲測定は含まれていません。</p> <p>※3 結果が「異常なし」の場合のみ、5年後以降に再受診が可能です。</p>				○																																		
	48					506	○																																	

印刷仕様書				
品名	発注課	保健予防課	担当者	藤井
健診のお知らせ	連絡先	(078) 918-5668		
	数量	115,000部		
納品場所	保健予防課(あかし保健所4階)	納期	令和6年6月10日	
印刷方法	<input checked="" type="checkbox"/> コンピューター組版 <input type="checkbox"/> ダイレクト <input type="checkbox"/> その他 () <input type="checkbox"/> 見本のとおり			
	<input type="checkbox"/> オフセット <input type="checkbox"/> その他 ()			
規格	<input checked="" type="checkbox"/> A 3 版 <input type="checkbox"/> B ___ 版 <input type="checkbox"/> その他 ___ mm × ___ mm <input type="checkbox"/> タブロイド版 ___ 項 ___ ツ折り			
	封筒 <input type="checkbox"/> 長 ___ 号 <input type="checkbox"/> 角 ___ 号 <input type="checkbox"/> その他 ___ mm × ___ mm			
表紙	<input type="checkbox"/> あり <input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> 再生紙 ___ kg ___ % 再生紙使用マーク <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> その他 ___ 紙 ___ 色 ___ kg ___ 口			
	<input type="checkbox"/> 再生紙 ___ kg ___ % 再生紙使用マーク <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし <input checked="" type="checkbox"/> その他 コート紙 白色 73 kg程度 ___ 口			
本文	ページ数 <u>2</u> ページ 新聞折り後 DM 折り			
あい紙	<input type="checkbox"/> あり ___ 枚 <input checked="" type="checkbox"/> なし 紙質 ___ 紙 ___ 色 ___ kg ___ 口			
カーボン	<input type="checkbox"/> カーボン紙 <input type="checkbox"/> ノンカーボン紙 ___ 発色 1セット ___ 枚 減感 <input type="checkbox"/> あり ___ カ所 <input type="checkbox"/> なし	1枚目 ___ 色 ___ kg 2枚目 ___ 色 ___ kg 3枚目 ___ 色 ___ kg 4枚目 ___ 色 ___ kg		
	<input type="checkbox"/> 1 色 <input type="checkbox"/> 黒 <input type="checkbox"/> 赤 <input type="checkbox"/> 青 <input type="checkbox"/> その他 ___ 色 <input type="checkbox"/> 見本のとおり <input checked="" type="checkbox"/> カラー (2・3・ <u>4</u>) 色、___ 色 ___ 色 ___ 色			
刷方	表紙 <input type="checkbox"/> 片面刷り <input type="checkbox"/> 両面刷り 本文 <input type="checkbox"/> 片面刷り <input checked="" type="checkbox"/> 両面刷り あい紙 <input type="checkbox"/> 片面刷り <input type="checkbox"/> 両面刷り <input type="checkbox"/> 刷方なし カーボン <input type="checkbox"/> 片面刷り <input type="checkbox"/> 両面刷り			
	製本 <input checked="" type="checkbox"/> バラ <input type="checkbox"/> 天のり <input type="checkbox"/> 並製本 <input type="checkbox"/> 上製本 <input type="checkbox"/> くるみ表紙 <input type="checkbox"/> クロス巻き <input type="checkbox"/> 針金(中・平)とじ <input type="checkbox"/> ミシン 縦 ___ 本、横 ___ 本 <input type="checkbox"/> 穴あけ ___ カ所 <input type="checkbox"/> 見本のとおり			
校正	落札後の事前打合せ <input checked="" type="checkbox"/> 必要 <input type="checkbox"/> 不要 校正 <input checked="" type="checkbox"/> 必要 最低 2 回 <input type="checkbox"/> 不要 色校正 <input type="checkbox"/> 必要 ___ 回 <input type="checkbox"/> 不要			
	写真 <input type="checkbox"/> あり ___ 枚提示→カラー ___ 枚モノクロ ___ 枚 イラスト <input checked="" type="checkbox"/> あり ___ 枚提示→カラー ___ 枚モノクロ ___ 枚 原稿 ——— <input checked="" type="checkbox"/> 原稿渡し ——— <input type="checkbox"/> 手書き (ダイレクト・コンピュータ組版) <input checked="" type="checkbox"/> ワープロ (ダイレクト・コンピュータ組版) <input type="checkbox"/> データ渡し (ワード・エクセル・その他 ()) その他 <ul style="list-style-type: none"> ・DM折り ・ダンボール箱に詰めて納品 ・箱の側面に1部見本を貼付し、納品年月と部数を表記すること。 ・著作権は明石市に帰属すること。 ・納品時に印刷データ(イラストレーターで使用可)も納品すること。 			

6 集団健診

予約制

各予約先へ電話予約

受診できる健診のマーク

健…特定健診、後期高齢者健康診査、大腸がん検診、胃がんリスク検診、肝炎ウイルス検診 胸…胸部検診
乳…乳がん検診 子…子宮がん検診 風…風しん抗体検査 (S37.4.2~S54.4.1生まれの男性でクーポンがある方のみ)

予約先 各健診会場の予約先へ

※受付は祝日を除く

中学校区	検診会場	日時	定員	健診のマーク
大蔵	石井病院 健診センター ※胸部検診を申し込む場合のみ可 (予約先)☎918-1801 9:00~16:30(月~金)	7月1日(土)	20名	健 胸
		8月5日(土)		
		9月2日(土)		
衣川	山本内科 (予約先)☎922-8121 9:00~12:00(月~土)	7月7日(土)	20名	健 胸
		7月11日(火)		
		7月21日(金)		
		8月8日(火)		
		8月25日(金)		
		9月12日(火)		
		9月26日(火)		
望海	ふくやま病院 ※胸部検診を申し込む場合のみ可 (予約先)☎927-1514 10:00~16:00(月~土) [予約受付]6/15(木)~	7月15日(土)	20名	健 胸
		8月19日(土)		
		9月16日(土)		
		10月21日(土)		
大久保北	尾松医院 (予約先)☎923-6737 9:00~11:30(月~水・金)	7月12日(水)	20名	健 胸
		8月23日(水)		
		9月13日(水)		
		10月18日(水)		
魚住東	大久保病院 健康管理センター (予約先)☎935-2636 14:00~16:00(月~金)	9月10日(日)	50名	健 胸 乳(35名) 子(25名)
		9月27日(木)		
二見	中山クリニック (予約先)☎935-6060 13:30~16:00(月~水・金) [予約受付]7/3(月)~	7月27日(木)	25名	健 胸
		7月28日(金)		
		8月25日(金)		
		9月29日(金)		
		10月27日(金)		
魚住東	野木病院 (予約先)☎947-7211 13:00~17:00(月~金)	7月28日(金)	20名	健 胸 乳
		8月25日(金)		
		9月29日(金)		
		10月27日(金)		
		10月27日(金)		
二見	明石リハビリテーション病院 (予約先)☎941-6161 10:00~16:00(月~金) [予約受付]16/21(水)~	7月8日(土)	20名	健 胸
		8月12日(土)		
		9月9日(土)		
		10月14日(土)		
		10月14日(土)		

予約先 下記会場は ☎922-4881 へ
明海病院 検診課 9:00~16:00(平日)

中学校区	会場	日時	定員	健診のマーク
朝霧	あさぎり福祉センター 明石市立市民会館	9月5日(火)	50名	健 胸
		10月18日(水)		
		1月9日(火)		
鏡城	ウィズあかし (アスピア明石北館8階)	7月13日(木)	50名	健 胸
		7月14日(金)		
		11月21日(火)		
		11月22日(水)		
		1月18日(木)		
野木池	ホテルキャッスル プラザ	7月18日(火)	50名	健 胸
		7月19日(水)		
		12月4日(月)		
		12月5日(火)		
		7月7日(金)		
大久保	あかし保健所	7月10日(月)	70名	健 胸 風
		7月11日(火)		
		7月20日(木)		
		7月21日(金)		
		9月14日(木)		
		9月15日(金)		
		10月11日(水)		
		10月12日(木)		
		10月26日(木)		
		10月27日(金)		
		11月6日(月)		
		11月7日(火)		
		11月15日(水)		
11月16日(木)				
12月20日(水)				
12月21日(木)				
魚住東	魚住市民センター	8月19日(土)	50名	健 胸
		8月26日(土)		
		1月13日(土)		
		1月20日(土)		
		9月21日(木)		
二見	西部文化会館 ふれあいプラザ あかし西	9月22日(金)	50名	健 胸
		1月22日(月)		
		1月23日(火)		

上記の日程に関しては、以下の日程で予約開始します

予約開始日
7~9月の健診 → 6月3日(月)~
10~12月の健診 → 8月1日(木)~
1~3月の健診 → 12月2日(月)~



明石市

健診のお知らせ



このお知らせは、明石市が行っている、市民を対象とした健診のご案内です。健康管理には、定期的な健診が重要です。ご自身のために、健診を受けに行きましょう！

ご存知ですか？ 検診はかなりお得に受けられます!!

検診費用の一例

※70歳以上は無料

大腸がん検診
通常 4,000円程度
↓
1,000円(個別健診)

胸部検診
通常 5,000円程度
↓
500円(胸部巡回検診)

肝炎ウイルス検診
通常 6,000円程度
↓
1,200円(C+B型)

胃がんリスク検診
通常 7,000円程度
↓
1,500円

子宮がん検診
通常 8,000円程度
↓
1,400円

乳がん検診
通常 9,000円程度
↓
2,800円(40歳代)
2,200円(50歳~)

健診費用助成券を自動的にお届けしている方

21歳の女性、40・41歳の人、40歳以上の国民健康保険加入者、過去2年度にがん検診を受診した人、後期高齢者健康診査の前年度受診者、後期高齢者医療制度の新規加入者 など

※令和7年3月末時点の年齢

お問い合わせ 明石市 保健予防課 (あかし保健所内)

〒674-0068 明石市大久保町ゆりのき通1丁目4番地の7

TEL (078) 918-5668 ※お電話のかけ間違いにご注意ください

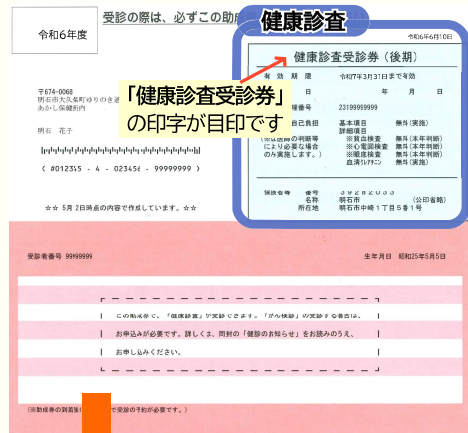
FAX (078) 918-5584 E-mail hokenyobou@city.akashi.lg.jp

1 健診を受けるまでの流れ

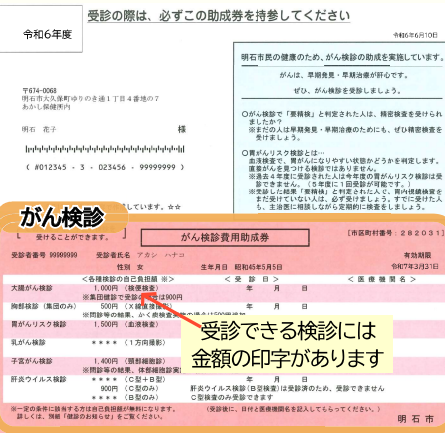
※このお知らせに記載の年齢は
令和7年3月末時点の年齢です

① 届いた券で受診できる健診を確認しましょう

「健康診査のみ」受診できる券



「がん検診のみ」受診できる券



がん検診も
受りたい

※両方(健康診査+がん検診)受診できる券もあります

電話、FAX、郵送、窓口、市ホームページ(申し込みフォーム)からお申し込みください。必要事項(氏名、生年月日、住所、電話番号)と「助成券希望であること」をお伝えください。



助成券の
申し込みフォーム

助成券の
お申し込みは
TEL 918-5668
FAX 918-5584

② 受ける健診を決める

3ページの健診の内容を確認して、自分が受ける健診を決めましょう。

③ 日時・場所を決めて予約する

予約方法は4ページを確認

④ 健診を受けに行きましょう

当日の持ち物

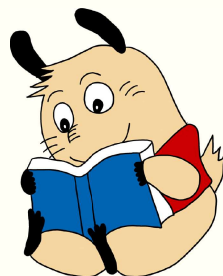
① 健診費用助成券

② 本人確認書類

健康診査を受診する場合は、健康保険証が必要です

③ 検診料金(70歳以上の方は無料)

④ 無料対象の方は証明書類(70歳以上の方は不要)



2 健診の種類と内容 ~受たい健診を決めましょう~

健康診査

健康診査	料金	対象*	受診間隔	結果返却
特定健診(健康まもりタイ健診) 後期高齢者健康診査	無料	国民健康保険加入者(40歳以上) 後期高齢者医療制度加入者	1年度に1回	医療機関から

*受診日時点で加入者が対象

検査項目 問診、身体計測(身長、体重、腹囲[※])、医師の診察、血圧測定、尿検査(糖、蛋白、潜血)
血液検査(中性脂肪、HDL・LDLコレステロール、AST、ALT、γ-GT、血糖、HbA1c、血清クレアチニン、eGFR、尿酸値)
(貧血検査、心電図検査、眼底検査は、健診結果や医師の判断等により必要と認められた場合のみ)

※腹囲測定は特定健診のみ

がん検診

がん検診	料金	対象	受診間隔	結果返却	備考
大腸がん検診 検便検査 (便潜血検査2日法)	個別健診 1,000円 集団健診 900円	40歳~	1年度 1回	医療機関から	
胸部検診 (肺がん、結核、アスベスト) 胸部X線、かく痰検査 [※]	集団健診 1,000円 個別健診 NEW 500円	40歳~	2年度 1回	市から郵送 (4~6週後)	※かく痰検査 問診や医師の判断等により、 必要と認められた場合のみ、 500円追加となります。
乳がん検診 マンモグラフィ	40歳代 (2方向撮影) 2,800円 50歳以上 (1方向撮影) 2,200円	※妊娠中は 検査不可	2年度 1回		無料 41歳女性 乳がん検診は女性のみ。
子宮がん検診 けい部細胞診、体部細胞診 [※]	1,400円	20歳~ (女性)	2年度 1回		無料 21歳女性 ※体部細胞診 問診や医師の判断等により、 必要と認められた場合のみ、 800円追加となります。
胃がんリスク検診 血液検査 (ヒロリ菌、ペプシノゲン検査)	1,500円	40歳~	5年度 1回	医療機関から	胃がんになりやすいかどうか、 リスクを判定します。 過去に要精密検査(リスクあり) となった方は受診できません。
肝炎ウイルス検診 血液検査 (C型肝炎、B型肝炎)	C型+B型 1,200円 (C型のみ)900円 (B型のみ)800円		生涯 1回		無料 41,46,51,56,61,66歳の 過去に受診歴のない方 過去に同様の検診を受けたこと がある方は受診できません。

無料対象の方

対象	証明書類
70歳以上の方	証明書類は不要です
市民税非課税世帯	個人負担金免除決定通知書 [☆] または介護保険料額決定通知書
生活保護世帯	生活保護受給証明書
身体障害者手帳などをお持ちの方	対象の手帳(身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳)

☆個人負担金免除決定通知書の申請は、保健予防課へ。市ホームページの申請フォームからも申請可。

その他、風しんの抗体検査の対象となる方(S37.4.2~S54.4.1生まれの男性)は、実施している医療機関で健診と同時に受けることができます。(対象者には、クーポン券が別途送付されています。)

3 健診の受け方

受ける健診の実施形態を決めて、それぞれの予約方法に沿って予約しましょう。

個別健診 5ページ

医療機関で、受診者の希望する日時に実施する健診

胸部巡回検診 6~7ページ

地域の会館などで、胸部検診のみを実施する検診
※普段、かかりつけ医でレントゲンを撮っている場合は、医師と相談しましょう。

集団健診 8ページ

公共施設や医療機関などで、決められた日時に実施する健診

集団健診 胸部巡回検診 共通の注意事項

- ① 会場への車での来場は、ご遠慮ください。
- ② 例年6~7月は予約の電話が混み合い、つながりにくくなります。
- ③ 気象警報(午前の健診は7時、午後の健診は11時時点)や、会場が選挙の投票所となった場合など、急きょ中止となる場合があります。
- ④ 新型コロナウイルス感染症の「外出を控えることが推奨される期間」に該当される場合は、当日健診をお控えください。

発症後5日間かつ症状軽快後24時間経過するまで(R6.2時点)



がん検診を受診される方へ

必ずお読みください

検診は症状のない人が対象です。
自覚症状がある場合は、検診ではなく医療機関を受診しましょう。

がん検診を受ける効果

- ① 早期発見、早期治療による救命の効果。
- ② 早期のがんを発見でき、早期であれば治せる可能性も高く、治療も軽く済む。
- ③ がんになる前の病変が見つかることもあり、必要な治療でがんになることを防ぐ。

「要精密検査」と判定されたら、精密検査を必ず受けましょう

精密検査を受けなかった場合、早期発見につながらずせっかく受けた検診の効果が発揮されません。
「要精密検査」と判定された場合は、必ず精密検査を受けましょう。

継続して検診を受けることが大切です

がんが見つかりにくい場所にある場合や、見つかりにくい形の場合、検診で発見できないこともあります。
また、どんなに優れた検査でも100%の精度ではなく、がんがなくても結果が「要精密検査」となる可能性があるといった欠点もあります。しかし、**毎回検診を受けることで、がんを発見できる確率は高まり、がんによる死亡を回避する可能性も高くなります。**定期的に検診を受けることを心がけましょう。

4 個別健診

予約制

各医療機関へ電話予約

乳…乳がん検診 子…子宮がん検診 風…風しん抗体検査 (S37.4.2~S54.4.1生まれの男性でクーポンがある方のみ)
健…特定健診、後期高齢者健康診査、大腸がん検診、胸部検診、胃がんリスク検診、肝炎ウイルス検診

中学校区	医療機関名	TEL	健乳子風	
野々池	佐野医院	912-7450	●	
	さかねクリニック	919-0377	●★	
	明舞中央病院	917-2020	●◆★	
	清水メディカルクリニック	918-3799	●★	
	吉田医院	917-3336	●★	
	朝霧	木村産婦人科医院	912-8283	●★
		川原内科	912-2060	●★
		石川泌尿器科	919-1112	●★
		橋本ファミリークリニック	913-7615	●★
		さかい内科・胃腸科	917-5755	●★
西山クリニック		911-6652	●★	
あさぎり病院		912-7575	●◆★	
米沢クリニック		919-6400	●★	
阿部医院		913-6370	●★	
せきじま産婦人科		911-2407	●	
大蔵	江本内科循環器科医院	919-0626	●★	
	木本医院	913-1750	●★	
	にしむらクリニック	911-4959	●★	
	大賀医院	911-6167	●★	
	石井病院	918-1655	●◆★	
	うえの内科	939-3500	●★	
	あきこレディースクリニック	965-6563	●	
	飯村医院	911-3495	●★	
	田路医院	918-1258	●★	
	よこた内科クリニック	915-0377	●★	
錦城	大西脳神経外科病院付属明石駅前クリニック	911-0024	●	
	まついe-クリニック	915-0031	●★	
	朝原クリニック	917-3838	●★	
	なかた・みずのレディースクリニック	912-3312	●◆	
	たかしな内科小児科クリニック	918-1136	●★	
	久保みずきレディースクリニック	913-9811	●	
	明石市立市民病院	912-2323	●◆★	
	片平クリニック	919-2353	●★	
	日野医院	911-2910	●★	
	飯田整形外科リハビリクリニック	926-1118	●★	
衣川	山本内科	922-8121	●★	
	ふくやま病院	927-1514	●★	
	王子回生病院	928-9870	●★	
	そうのクリニック	926-1585	●★	
	さくら内科クリニック	924-7111	●★	
	王子クリニック	924-1221	◆	
	そが内科クリニック	925-0811	●	
	いまふじ内科クリニック	925-7150	●★	
	あさひ病院	924-1111	●★	
	千頭医院	922-2403	●★	
望海	尾松医院	923-6737	●★	
	西明石クリニック	922-5510	●★	
	ささきクリニック	925-7333	●★	
	志岐クリニック	925-2227	●★	
	藤本クリニック	928-9566	●★	
	井上外科胃腸科	922-3595	●★	
	藤井クリニック	927-5522	●★	
	社医院	922-7775	●★	
	明海病院	922-8800	●★	
	日下医院	928-3472	●★	
野々池	関内科医院	928-5993	●★	
	むらまクリニック	915-7102	●	

中学校区	医療機関名	TEL	健乳子風	
野々池	織田クリニック	926-6650	●★	
	鍋嶋医院	924-1627	●★	
	こうクリニック	940-8603	●★	
	かまだクリニック	920-2910	●◆★	
	ふくやま・すこやかクリニック	924-0500	●★	
	大久保	おか内科循環器科	936-8822	●★
		明石医療センター	936-1901	●◆★
		橋本医院	936-0008	●★
		高野内科	935-7557	●★
		ゆりのき内科	938-0500	●★
中村クリニック外科・胃腸科		938-0477	●★	
まえかわ内科クリニック		934-2550	●★	
神明クリニック		938-1717	●★	
森本クリニック		935-2300	●★	
おにしクリニック		936-2050	●◆★	
高丘	きよクリニック	936-0317	●★	
	美保・英利内科医院	935-2022	●★	
	おおくま内科胃腸科	936-0051	●★	
	大久保病院	935-2636	●◆★	
	神明病院	935-9000	●★	
	溝口内科	965-6100	●★	
	大久保北	辻医院	935-2468	●★
		いのうえ医院	938-6622	●★
		岡医院	935-8888	●★
		はまなレディースクリニック	937-3001	●
恵泉クリニック		936-8300	●★	
三幸診療所		937-8460	●★	
江井島		おくすみ医院	947-4003	●★
		西江井島病院	947-5311	●★
		シーサイドクリニック	948-5731	●
		中山クリニック	935-6060	●★
	野木病院	947-7272	●◆★	
	末広内科	946-0480	●★	
	平野医院	947-0505	●★	
	魚住東	戸田内科・脳神経内科	947-5575	●★
		平崎内科循環器科クリニック	959-8326	●★
		鈴木産婦人科医院	947-4882	●◆★
近藤内科・胃腸科		943-7500	●★	
小山クリニック		944-0356	●◆★	
魚住		明石仁十病院	942-1921	●★
		明石同仁病院	942-0305	●★
		鈴木内科クリニック	942-8811	●★
		みんなのクリニック明石	943-3450	●★
		正井医院	946-3536	●★
	大園クリニック	948-3900	●★	
	二見	ひまわり診療所	941-5725	●★
		ふじわら内科	939-3351	●★
		明石回生病院	942-3555	●★
		繁田医院	942-1004	●★
明石リハビリテーション病院		941-6161	●★	
塩澤医院		943-5252	●★	
田中医院		942-1941	●★	
大田クリニック		949-0388	●★	
博愛産科婦人科		941-8803	●◆★	
二見レディースクリニック		942-1783	●◆★	
野々池	松田内科クリニック	941-7211	●★	
	新丸クリニック	943-9090	●★	

NEWS

令和6年度から胸部検診が受診できるようになりました。

5 胸部巡回検診

予約制

☎922-4881

受付

明海病院 検診課
9時～16時(平日)

予約開始日
6～9月の健診 → 6月3日(月)～
10～12月の健診 → 8月1日(木)～
1～3月の健診 → 12月2日(月)～

受診できる健診
胸部検診

胸部レントゲン車が市内各所を巡回します。会場と日時を確認して、予約しましょう。

中学校区	施設名	日時
朝霧	第一松が丘自治会 集会所	9月21日(木) 15時30分～17時
	あさぎり福祉センター	6月22日(木)
		7月20日(木)
		11月21日(火) 14時～16時
朝霧コミュニティプラザ	10月11日(水) 14時～16時	
大蔵	太寺会館	10月31日(火) 14時～16時 11月29日(水) 9時30分～11時30分
	明石市民会館	6月21日(水)
		8月25日(金)
		9月12日(火)
9月26日(火)		
10月17日(火) 14時～16時		
11月29日(水)		
12月21日(木)		
1月11日(木)		
2月21日(水)		
3月19日(火)		
大蔵会館	10月26日(木) 13時～14時30分	
錦城	上ノ丸会館	10月4日(水) 14時～16時
衣川	当津会館	10月31日(火) 9時30分～11時
	王子公民館	10月30日(月) 14時～16時
	大道町公民館	9月21日(木) 13時～14時30分
	船上中央会館	11月15日(水) 9時30分～11時
野々池	西明石町公民館	6月30日(金) 14時～16時
	シャルマンコーポ明石	7月1日(土) 9時30分～11時30分
	鳥羽小コミセン	7月13日(木)
		8月23日(水)
		9月14日(木)
		10月19日(木) 14時～16時
11月15日(水)		
12月14日(木)		
弁財天公民館	7月11日(火) 14時～16時	
中谷公民館	10月18日(水) 14時～16時	

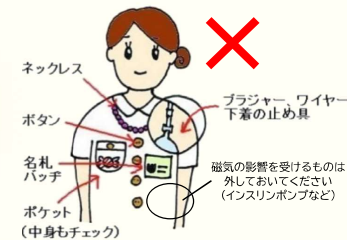
中学校区	施設名	日時
望海	藤江小コミセン	11月21日(火) 10時～12時
	若林公民館	9月5日(火) 14時～16時
	藤が丘公民館	11月16日(木) 14時～16時
	西明石南町公民館	9月28日(木) 14時～16時
	サバービアシティ21	10月3日(火) 14時～16時
	貴崎集会所	9月15日(金) 14時～16時
高丘	高丘中央集会所	8月31日(木)
		10月12日(木) 14時～16時
	11月9日(木)	
	2月1日(木)	
山手台会館	6月27日(火) 14時～16時	
諸池自治会集会所	7月18日(火) 15時30分～17時	
大久保北	大窪会館	7月6日(木) 15時30分～17時
	山の下公民館	7月6日(木) 13時～14時30分
	西脇会館	11月28日(火) 15時30分～17時
大久保	大久保市民センター	8月30日(水)
		9月27日(水)
		12月13日(水) 15時～16時30分
		1月17日(水)
		2月8日(木)
	3月14日(木)	
	あかし保健所	6月20日(火)
		6月28日(水)
		7月19日(水)
		8月22日(火)
9月20日(水)		
10月10日(火)		
10月25日(水) 14時～16時		
11月10日(金)		
12月6日(水)		
12月19日(火)		
1月12日(金)		
1月30日(火)		
2月13日(火)		
3月26日(火)		
八木会館	9月14日(木) 9時30分～11時	
西八木厚生館	10月18日(水) 9時30分～11時	
谷八木小コミセン	11月28日(火) 13時～14時30分	

中学校区	施設名	日時
江井島	西島地区コミュニティ会館	9月25日(月) 9時～13時
	東江井安心コミュニティプラザ	11月20日(月) 14時～16時
魚住	美里厚生館	11月6日(月) 9時30分～11時00分
	住吉公民館	7月18日(火) 13時～14時30分
	東大溝自治会館	12月7日(木) 15時30分～17時
	平池ノ上自治会公民館	12月7日(木) 13時～14時30分
	清水公民館	7月5日(水) 14時～16時
	清水新田公民館	9月11日(月) 13時～14時30分
魚住東	金ヶ崎文化センター	9月19日(火) 14時～16時
	魚住市民センター	9月1日(金)
		9月6日(水)
		10月5日(木)
10月20日(金) 14時～16時		
11月17日(金)		
12月1日(金)		
1月10日(水)		
3月12日(火)		
二見	サンハイツ土山 集会所	6月24日(土) 9時～12時
	岡の上公民館	9月11日(月) 15時30分～17時
	西二見公民館	7月12日(水) 14時～16時
	二見市民センター	8月24日(木)
		9月13日(水)
		11月14日(火) 14時～16時
12月5日(火)		
1月25日(木)		
3月5日(火)		
ふれあいプラザあかし西	11月6日(月) 14時～16時	
西部文化会館	7月21日(金) 14時～16時	
(東二見)駅北集会所	7月14日(金) 14時～16時	

車いすをご利用の方や補助が必要な方等は、保健所設備を使用した胸部検診も可能です。日時のご相談は、保健予防課(☎918-5668)まで。



イラストにある装飾品や留め具などは外すようにお願いします



兵庫県明石市

がん 検診手帳

CANCER SCREENING POCKETBOOK

この手帳は、乳がんの検診を
受けるための説明書です。
この手帳をもらった方は、
「無料で」乳がん検診を受けられます。

1 --- ◎乳がん、あなたの「がん検診記録」

2 --- ◎はじめに—がんがまだ「他人事」のあなたへ

3 --- ◎がん検診ってなに？

4 --- ◎「乳がん」ってどんな病気？

8 --- ◎乳がん検診って何をやるの？

9 --- ◎なぜ、「乳がん」の検診は効果的なのか—3つの理由

16 --- ◎検診の結果、がんとわかって、けっしてあわてない！

17 --- ◎明石市内の相談支援センター

明石市内の相談支援センター 『兵庫県立がんセンター』がん相談支援センター

〒673-8558 兵庫県明石市北王子町13-70
電話:078-929-2967
時間:平日9:00~17:00

- ◎相談内容は秘密は厳守いたします。
- ◎相談をすることにより不利益が生ずることはありません。
- ◎相談は無料です。

相談支援センターは、あなたのために、ともに考え、ともに歩みます。
ご本人やご家族が、がんの治療を受けるうえで、不安や悩み、療養生活や仕事のこゝろについて気軽に相談していただけるよう「相談支援センター」を設置しています。
相談員が皆様のお話を伺い、一緒に考え、課題解決のお手伝いをさせていただきます。

また、お話を伺いし、専門の看護師やスタッフをご紹介します。また、相談支援センターでは、ご本人やご家族が得た情報をわかりやすく解説したり、一緒に整理していくお手伝いもしています。
ご相談は相談支援センターに直接お越しいただく方法と、電話でお話を伺う方法があります。

検診の結果、がんとわかって、けっしてあわてない！

こんな心配ありませんか？

がんとわれ
頭の中が真っ白です。
これからのことを考えると
不安でいっぱいです。

現在受けている
治療以外にどんな
治療法がありますか。

先生から病気のことを
説明されましたが、
難しくよくわかりません。

治療や
手術にかかる費用が
心配。

退院すること
になったけれど、
自宅でどうしたら
いいのか…



16

あなたのメモ欄

乳がん、あなたの「がん検診記録」

私の診察日は 年 月 日 曜日

結果受取日は 年 月 日 曜日

検診内容： 受診機関：

検査結果：

病院名： 担当医の名称：

病院の住所：

病院の電話番号：

今後の検診予定

次の検診は **2年後** に受けてほしいので
年度

その次の検診は **4年後** に受けてほしいので
年度

検診内容：

検診内容：

受診機関：

受診機関：

検査結果：

検査結果：

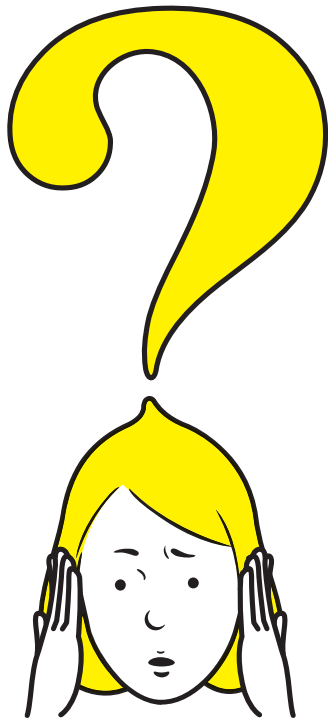


乳がんになっても、
医療費を払えないかも
しれないから不安で…

乳がんの治療は、
基本的に保険がききます。

がん検診ってなに？

がんによる死亡を防ぐためには、がんにかからないようにすることが重要です。がんは遺伝するといわれていますが、実は、遺伝によるがんは5%程度と少なく、むしろ、喫煙、食生活及び運動等の生活習慣が原因である方が多く、これらに気をつけて発がんリスクを下げる必要があります。しかし、発がんリスクを下げるため生活習慣の改善を心がけたとしても、がんにかかるリスクをゼロにすることはできません。そこで重要となるのが、がん検診です。医学の進歩等により、がんは、現在、約60%の方が“治る”ようになりました。特に進行していない初期の段階で発見し、適切な治療を行うことで、非常に高い確率で治癒します。従って、そうしたがんを“初期”の段階で見つける「がん検診」は、がんの死亡率を下げるのに非常に有効だと考えられます。しかし、日本のがん検診受診率はOECD加盟国の中で最低レベルです。米国などでは、がんの死亡者数が、減っていますが、日本では増えています。いまや年間およそ37万人（死因の3分の1）が、がんで亡くなっています。これは世界最高レベルです。



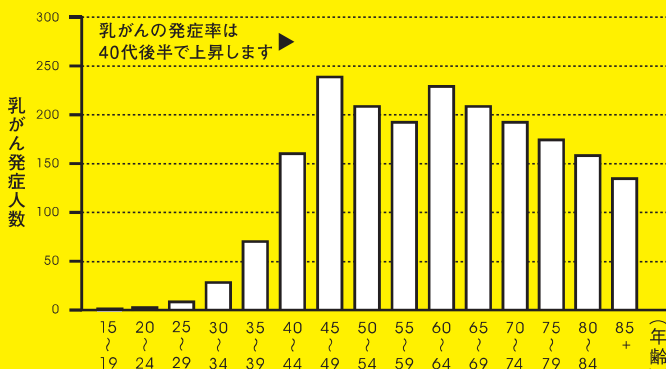
乳がんになつたと知るのがコワイんだけど…

乳がんは不治の病ではありません。乳がん全体で見れば、8割以上が治ると考えられます。早期がんなら、完治の可能性もぐっと高くなります。

したか、あるいは克服しつつあるということになります。すなわち乳がんは、他のがんの中でも比較的性質のよい、治りやすいがんであるということが出来ます。乳がんを早期に発見できれば、乳がんの死亡者数を低下させることは十分可能です。この早期発見のために乳がん検診が果たす役割は非常に大きいのです。

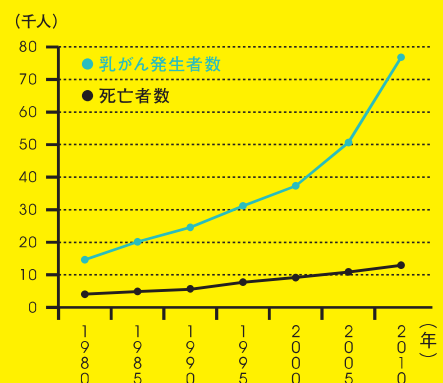
日本人女性における乳がんの発症状況(2012年)

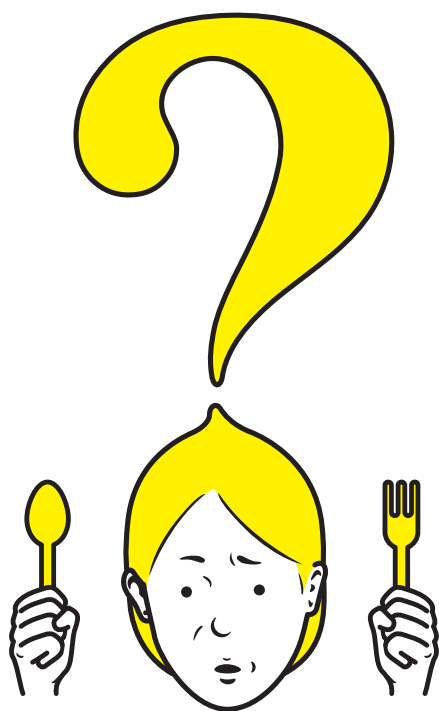
(人口10万人あたりの人数)



(出典) 国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」※上皮内がんを含む

日本人における乳がんの発症者数と死亡者数の推移





食事や運動に
気をつけているし、
遺伝的にも大丈夫だから…

がんは、遺伝でできるものではなく、
生活習慣の影響が大きい病気です。
ただし、生活習慣に気をつけても、
がんになるリスクは残ります。

10

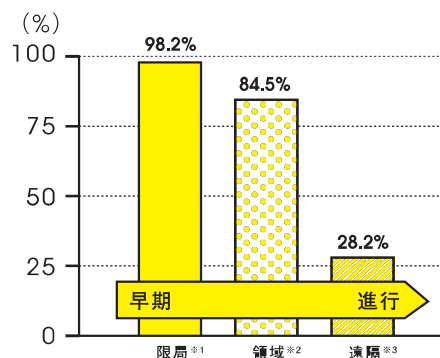
早期がんで 発見すれば、ほぼ治る!

乳がんが見つかったも、早くに見つけて治療すれば、より高い確率で完全に治すことができます。さらに乳房を温存しながら、わずかの切除手術でがんを取り除くことも可能です。乳がん早期発見の秘訣は、「乳がん検診」を定期的に行うことです! あなたとあなたの大切な人のために乳がん検診で乳がんの早期発見を心がけてください。

乳がんは、体の外から自分で触って異常を確認することができます。乳がんのセルフチェックは、月に一度、生理がある方の場合、出血が終わって4~7日後に行います。習慣的に自分のお乳の触り心地を覚えておき、何か変わったら、迷わず専門医の診察を受けましょう。

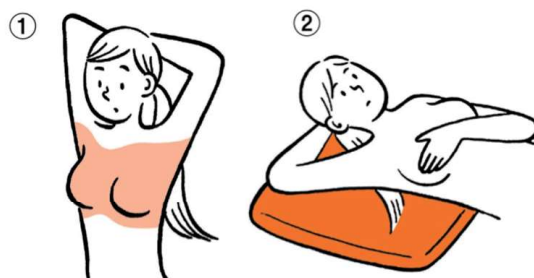
- ① まずは鏡の前で腕を上げ下げして、ひきつりなどの異常がないかを目でチェックします。
- ② 次に仰向けに寝て、指でつまむのではなく4本の指をそろえ、指の腹で軽く圧すようにして、しこり(硬い部分)がないかどうか、まんべんなく触れます。
- ③ 最後に乳首をつまみ、分泌液がないかチェック。

進展度別 乳がんの5年生存率
(%)



(出典) 国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」

- ※1 限局: 原発臓器に限局している
 ※2 領域: 所属リンパ節転移(原発臓器の所属リンパ節への転移を伴うが、隣接臓器への浸潤なし)または隣接臓器浸潤(隣接する臓器に直接浸潤しているが、遠隔転移なし)
 ※3 遠隔転移: 遠隔臓器、遠隔リンパ節などに転移・浸潤あり

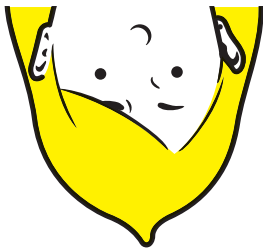


<はじめに>

がんがまた「他人事」のあなたへ

日本の男性の3人に2人が、女性の2人に1人が、生涯にがんを発症します。若くても、これまで病気がひとつしたことになくとも、突然、がんが見つかる可能性はあります。特に女性は、若い世代でがんになる方が多いのです。乳がんがいちばん多いのは40代後半です。では、いったいどうすればよいのでしょうか？ まずは、この手帳を読んでください。そして、がん検診を受けてください。それが、「がんで命を落とさな

いための特效薬」なのです。



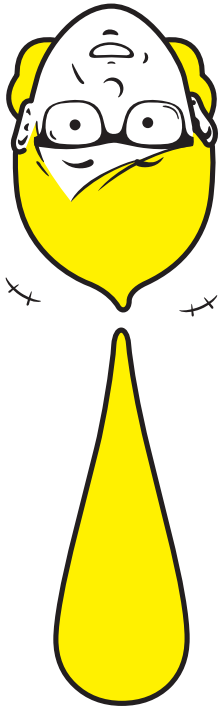
たとえば乳がんの放射線治療の治療費は、基本的に保険が適用されますので、3割負担なら、高額療養費制度を使えば、1か月の支払いは、標準的な収入の方であれば、4～8万円程度です。放射線治療は、入院せず、仕事をしながら、外来で治療できる利点もあります。抗がん剤などの化学療法も進歩しており、基本的

に保険がききます。

がんの治療は早期に見えれば、完治の可能性も高く、お金や時間の負担も軽いのです。逆に、がんが、進行して他の臓器に転移すると、治療はむずかしくなり

ます。その場合は、延命や痛みなどの症状をとることを目的にした治療が行われますが、入院が必要になるなど、

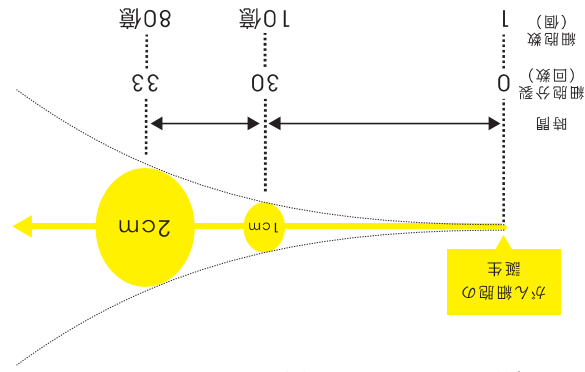
時間も費用の負担も増えることが多いのです。



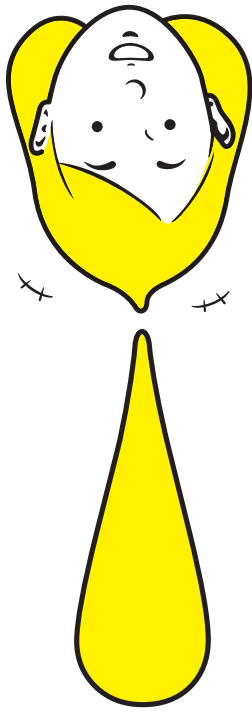
「乳がん」ってどんな病気？

乳がんは、乳房の中にある乳腺（母乳をつくるところ）にできる悪性腫瘍で、乳がんの発生や増殖には、「エストロゲン」と呼ばれる女性ホルモンが深くかかわっています。特に40歳代後半にもっとも多く発生しています。乳がんの半分近くが、乳首よりの外側にできます。乳がんは、女性にできるがんのなかで一番多く、年間約83,000人が、乳がんになり、年間約13,000人が乳がんのため亡くなっています。乳がんだけで交通事故死の2倍の方が亡くなっているのです。けっして他人事ではありません！しかし、乳がんになっても、多くの方は、治療により、乳がんを克服

がん細胞の成長と時間



乳がんは、検診の有効性が世界各国で証明されています。がん検診を受けずに、がんが進行すれば、つらい症状が出てくる可能性があまりまずし、治癒率も減ってしまいます。乳がんでは、たった1つのがん細胞が、1cmになるのに15年以上もかかります。しかし1cmのがんが2cmになるには2年もかかりません。1cm以下のがんは診断が難しいですし、早期の乳がんは2cm以下をさしますので、乳がんを早期に発見するには、2年に1度は検診を受ける必要があることが分かります。



乳がんになりやすい人ってどんな人？

乳がんの直接的な原因については、まだはっきりとしたことは分かっていません。しかし、統計的な調査によって、乳がんの危険因子が次第に明らかになっていきます。

乳がんが増加している背景には、女性の社会進出にともなう晩婚化などで乳腺がエストロゲンにさらされている時間が長くなったことが要因として考えられています。また、閉経後は、エストロゲンが脂肪細胞で作られるため、閉経後に肥満している女性では、乳がんのリスクが高くなるとも言われています。

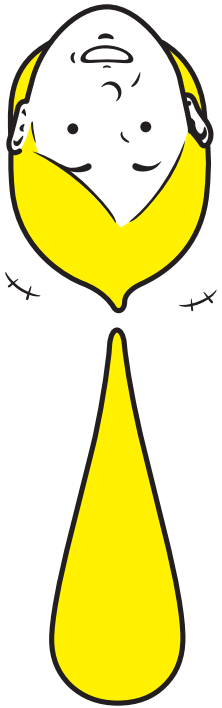
乳がんの危険因子

- 1 年齢(40歳以上)
- 2 未婚の人
- 3 高齢初産の人(出産をしていない)
- 4 初潮が早く、閉経が遅い人
- 5 肥満の人(閉経後)
- 6 血縁者に乳がんになった人がいる
- 7 良性の乳腺疾患になったことがある
- 8 乳がんになったことがある
- 9 閉経後ホルモン補充療法・経口避妊薬使用の経験がある

(欧米では危険因子とされているが、日本人でははっきりしていない)

遺伝するがんは、全体の5%にすぎません。そもそも、毎日多数のがん細胞ができては、免疫の細胞に殺されています。たまたま、免疫が取りこぼしたがん細胞が、10～15年近い時間を経て、目に見える「がん」に育っていくのです。タバコを吸わず、酒も飲まず、食事のバランスに気をつけ、運動を心がけても、がんになるリスク(危険性)は減少しますが、ゼロにはなりません。

ですから、次の備えとして、早期に見つけて完治させる「がん検診」が必要なのです。「生活習慣の改善+がん検診」で、がんでの死ぬ確率は大きく下がります。がんにならないければ、がんでは死にません。そのためには、禁煙が大事。そのほか、お酒もほどほどにして、野菜中心の食生活や運動を心がければ、がんになるリスクは大きく減ります。しかし、それでも、がんになるリスクは残ります。ですから、「2段がまえ」が大事、検診が必要なのです。

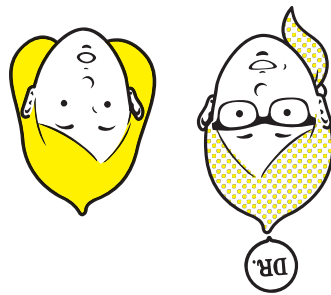


1 問診 + 2 マモグラフィ検査

施設によっては、女性医師、女性技師さんが担当します。
安心して受診できる工夫がされています。

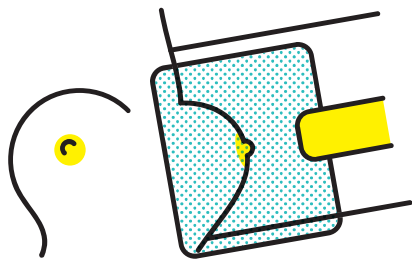
1

問診：初潮の年齢や妊娠・出産の経験、前回の月経などのほか、
乳房に痛み・熱感・かゆみなどがあるか、
これまでに乳房の病気をしたことがあるか、血縁の家族に
乳がん患者はいるか、などを確認します。



2

乳房を斜めに圧迫して撮影します。がんができれば、
乳房外側上部も、よく描出できる撮影方法です。



マンモグラフィ検査：乳房専用のX線撮影のことをいいます。
小さなしこりや、しこりになる前の石灰化した微細な乳がんの発見
に威力を発揮する検査法で、乳がんの早期発見に欠かすことの
できないものです。ただし、乳房が密な若い人の場合は、しこりを
見つけることが難しいことがあります。
また、X線撮影のため、妊娠している人には適しません。
乳房を圧迫しますので、痛みを感じる方もいます。
生理前の10日間を避けると痛みが少なくなります。

なぜ、「乳がん」の検診は 効果的なのか

—乳がんについての素朴な疑問に答えます—

3 つの理由

兵庫県明石市

がん 検診手帳

CANCER SCREENING POCKETBOOK

この手帳は、子宮頸がんの検診を
受けるための説明書です。
この手帳をもらった方は、
「無料で」子宮頸がん検診を受けられます。

◎子宮がん、あなたの「がん検診記録」----- 1

◎はじめに—がんがまだ「他人事」のあなたへ----- 2

◎がん検診ってなに？----- 3

◎「子宮頸がん」ってどんな病気？----- 4

◎子宮頸がん検診ではどのような検査をするのですか？----- 6

◎なぜ、「子宮頸がん」の検診は効果的なのか—3つの理由----- 8

◎検診の結果、がんとわかって、けっしてあわてない！----- 16

◎明石市内の相談支援センター----- 17

明石市内の相談支援センター

『兵庫県立がんセンター』がん相談支援センター

〒673-8558 兵庫県明石市北王子町13-70

電話:078-929-2967

時間:平日9:00~17:00

◎相談は無料です。

◎相談をすることにより不利益が生ずることはありません。

◎相談内容の秘密は厳守いたします。

相談支援センターは、あなたのために、ともに考え、ともに歩みます。
ご本人やご家族が、がんの治療を受けるうえで、不安や悩み、療養生活や仕事のこ
とについて気軽に相談していただけるよう
「相談支援センター」を設置しています。
相談員が皆様のお話を伺い、一緒に考
え、課題解決のお手伝いをさせていただきます。

ます。また、お話を伺いし、専門の看護師
やスタッフをご紹介します。また、相談支援センターでは、ご本人やご
家族が得た情報をわかりやすく解説したり、
一緒に整理していくお手伝いもしています。
ご相談は相談支援センターに直接お越
しいただく方法と、電話でお話を伺う方法が
あります。

検診の結果、がんとわかって、けっしてあわてない！

こんな心配ありませんか？

がんとわれ
頭の中が真っ白です。
これからのことを考えると
不安でいっぱいです。

現在受けている
治療以外にどんな
治療法がありますか。

先生から病気のことを
説明されましたが、
難しくよくわかりません。

治療や
手術にかかる費用が
心配。

退院すること
になったけれど、
自宅でどうしたら
いいのか…



16

あなたのメモ欄

子宮がん、あなたの「がん検診記録」

私の診察日は 年 月 日 曜日

結果受取日は 年 月 日 曜日

検診内容： 受診機関：

検査結果：

病院名： 担当医の名前：

病院の住所：

病院の電話番号：

今後の検診予定

次の検診は **2年後** に受けてほしいので
年度

その次の検診は **4年後** に受けてほしいので
年度

検診内容：

検診内容：

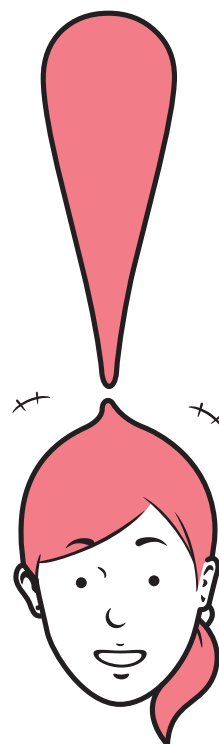
受診機関：

受診機関：

検査結果：

検査結果：

子宮頸がんは、初期の段階ではほとんど無症状で、子宮頸がん検診によって発見されることが多いがんです。子宮頸がんは検診の有効性が世界各国で証明されています。がん検診を受けずに、がんが進行すれば、つらい症状が出てくる可能性がありますし、治癒率も減ってきます。もっとも初期の段階のがんでは子宮頸部の異常な組織を取り除く手術（円錐切除術）によって8割以上が治り、子宮も温存できます。しかし、がんの進行とともに治癒率は下がりますし子宮全摘が施行されます。ほんとうにコワイのは、「がんが進行しているのに気づいていない」状態ではないでしょうか？

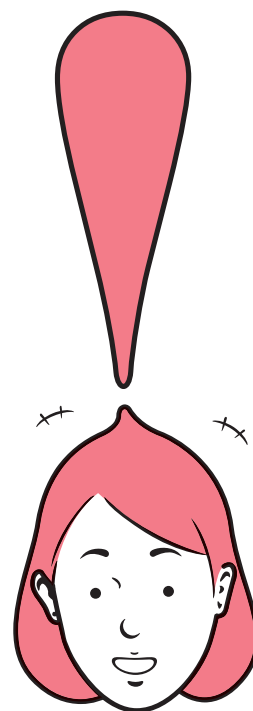
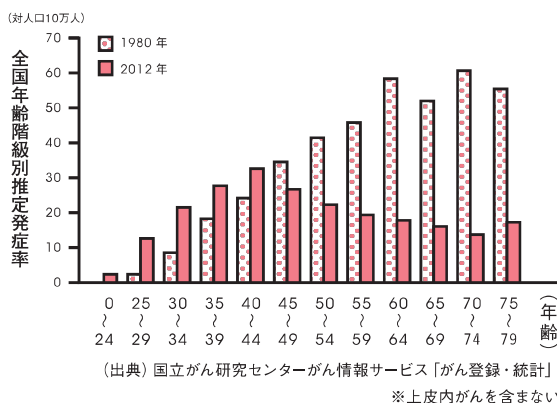


がん検診ってなに？

がんによる死亡を防ぐためには、がんにかからないようにすることが重要です。がんは遺伝するといわれていますが、実は、遺伝によるがんは5%程度と少なく、むしろ、喫煙、食生活及び運動等の生活習慣が原因である方が多く、これらに気をつけて発がんリスクを下げる必要があります。しかし、発がんリスクを下げるため生活習慣の改善を心がけたとしても、がんにかかるリスクをゼロにすることはできません。そこで重要となるのが、がん検診です。医学の進歩等により、がんは、現在、約60%の方が“治る”ようになりました。特に進行していない初期の段階で発見し、適切な治療を行うことで、非常に高い確率で治癒します。従って、そうしたがんを“初期”の段階で見つける「がん検診」は、がんの死亡率を下げるのに非常に有効だと考えられます。しかし、日本のがん検診受診率はOECD加盟国の中で最低レベルです。米国などでは、がんの死亡者数が、減っていますが、日本では増えています。いまや年間およそ37万人（死因の3分の1）が、がんで亡くなっています。これは世界最高レベルです。

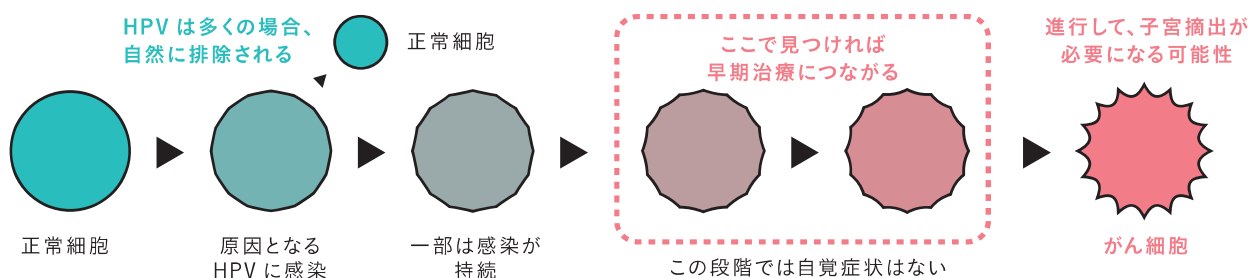
子宮頸がんは、ヒトパピローマウイルス（HPV）というウイルスの持続的な感染が原因となって発症します。過去30年でみると、20～30代に急増しています。妊娠をきっかけに、子宮頸がんが発見されることもめずらしくありません。早期発見のためには子宮頸がん検診が効果的です。検診は、ヘラやブラシなどで子宮頸部の細胞をこすり取るだけの簡単なもので、痛みもすくなく、数分で終了します。

子宮頸がん発症の若年化の傾向



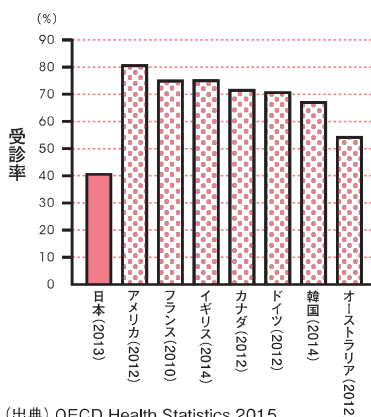
子宮頸がん検診が効果的です

子宮頸がんは、初期には症状がほとんどなく、自覚症状があらわれる頃には病状が進行していることが少なくありません。しかし、子宮頸がん検診を受けることで、がんになる前の正常でない細胞の段階で発見することも可能です。子宮頸がん検診の効果のほどは実証済みで、欧米では、8割以上の女性が検診を受けているほどです。検診は、ヘラやブラシなどで子宮頸部の細胞をこすり取るだけで、少し出血する可能性はありますが、痛みを感じることは少ないです。検診を受けることは子宮頸がん予防と早期発見への第一歩です。面倒だから恥ずかしいから…とためらわず、20歳を過ぎたら、2年に1度、継続的に検診を受け続けることが大事ですので、お忘れなく。



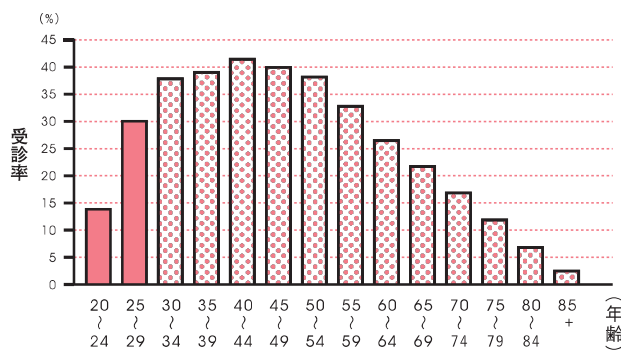
子宮頸がん検診の場合、米国では80%以上の女性が受けているのに、日本では40%程度です。特に、20歳代前半の女性で子宮頸がん検診を受けているのは14%ほどで、極めて低い状況です。子宮頸がんは20代・30代に急増中であるため、このような年代から子宮頸がん検診を受けるべきです。

先進国の子宮頸がん検診受診率
(20～69歳)

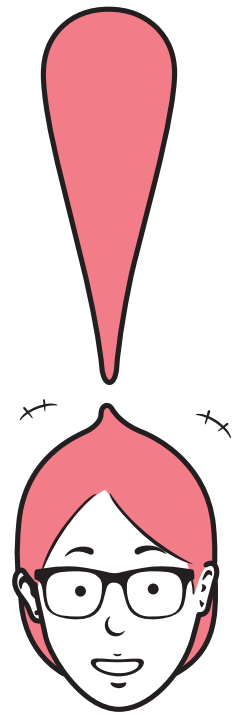


(出典) OECD Health Statistics 2015

日本人女性における子宮頸がん検診の年齢別受診状況
(過去1年間の受診状況)



(出典) 厚生労働省 平成25年国民生活基礎調査



子宮頸がんの原因について

子宮頸がんは、ヒトパピローマウイルス（HPV）というウイルスの持続的な感染が原因となって発症します。HPVの子宮頸部への感染はほとんどが性交渉によりますが、このウイルスに感染すること自体は決して特別なことではなく、誰でも感染する可能性があります。HPVに感染しても、ほとんどの場合は自然に排除されますが、ウイルスが排除されずに長期間感染が続く場合があります、ごく一部のケースで数年～数十年間かけて、子宮頸がんを発症します。子宮頸がんは長期間かけて発症する病気であり、早期に発見すればがんといってもほぼ治癒します。検診で、子宮頸がんからあなたの体を守りましょう。

MEMO



日本の男性の3人に2人が、女性の2人に1人が、生涯にがんを発症
します。若くても、これまで病気ひとつしたことがなくとも、突然、がんが
見つかる可能性はあります。特に女性は、若い世代でがんになる方
が多いのです。子宮頸がんがいちばん多いのは30代前半です。
では、いったいどうすればよいのでしょうか？ まずは、この手帳を讀んでく
ださい。そして、がん検診を受けてください。それが、「がんで命を落とさ
ないための特效薬」なのです。

がんがまだ「他人事」のあなたへ

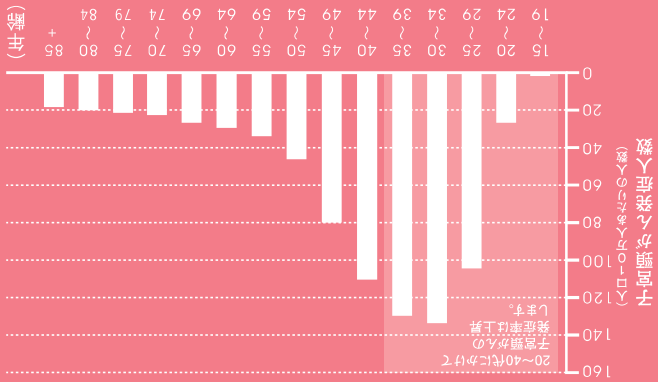
<はじめに>

「子宮頸がん」ってどんな病気？

子宮頸がんは、子宮の入り口である子宮頸部の表面の細胞にがんができる病気です。子宮頸がんは日本では年間約33,000人が発症し、約2,900人が死亡しているがんであり、女性特有のがんの第3位の発症率となっています。また、たとえ死亡に至らないまでも、ごく初期のがんを除いては子宮全摘が施行され、その場合は妊娠や出産ができなくなることは

もちろん、排尿障害などの後遺症やQOL（生活の質）低下に悩まされることもあります。子宮頸がんは近年、20代や30代の若年層で増加傾向にあり、これから結婚や出産を迎える年代の女性や、幼い子供を持つ母親にとつて深刻な問題です。子宮頸がんは、若い女性の妊娠や出産の可能性、健やかな日常生活を奪うがんと言えます。

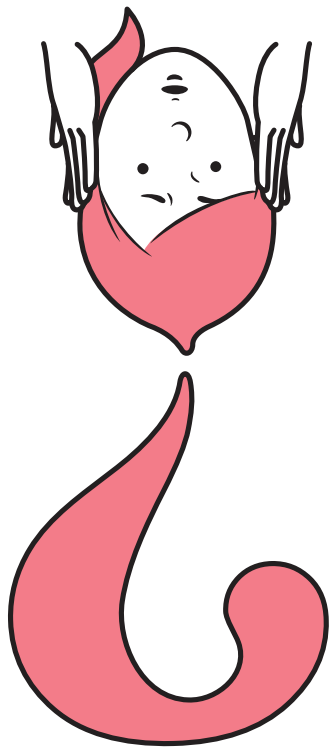
日本人女性における子宮頸がんの発症状況（2012年）



(出典) 国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」
※上段内がんを含む

子宮頸がんになつたと知るのがコワイんだけど...

子宮頸がんは不治の病ではありません。7割程度が治ると考えられます。早期がんなら、完治の可能性もぐっと高くなります。

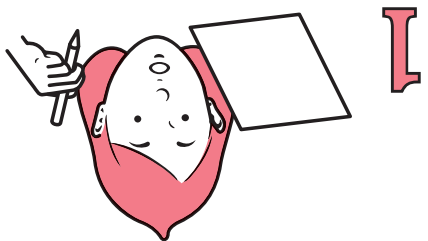




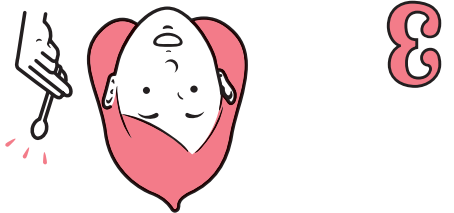
20代、30代で
子宮頸がんになるのは、
少数派なのは？

子宮頸がんの原因はウイルスの

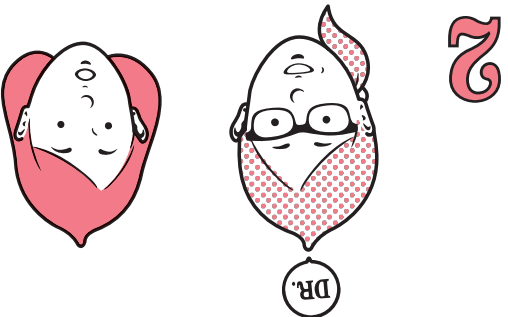
持続的な感染で、若い人に増えています。一般的にがんは、年齢とともに発症数が増えますが、子宮頸がんは20代や30代で増加傾向にあります。早期がんでは症状は出ないので、検診が必要です。



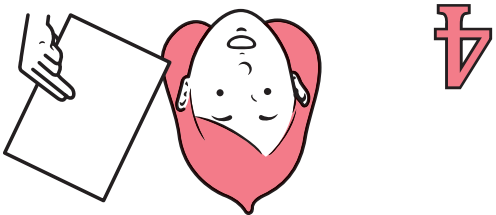
1
問診：初潮の年齢や生理の様子、妊娠・出産歴、自覚症状の有無などを問診票に記入。さらに、診察室で医師からの質問に答えます。



3
細胞診：ヘラやブラシのようなものを膣内に挿入し、子宮頸部の粘膜を軽くなでるようにして細胞を採取します。この時、少し出血する可能性があります。痛みなどを感じることは少ないです。

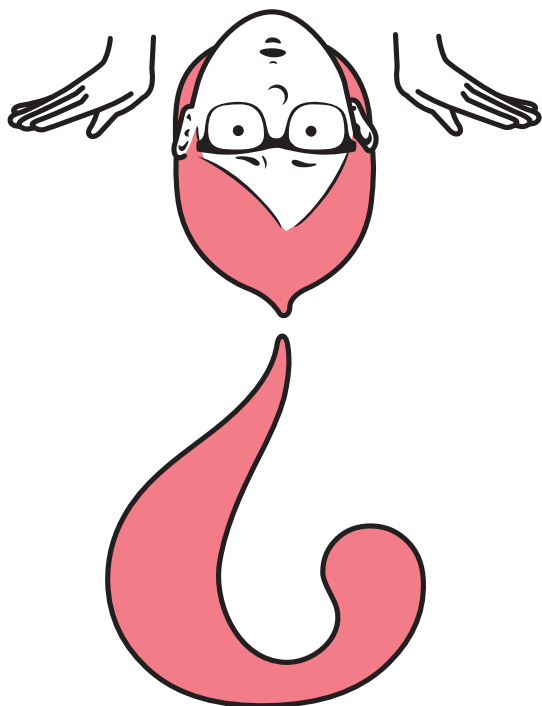


2
視診（内診）：内診台にて、医師による診察を受けます。子宮頸部の状態を目で確認し（視診）、子宮などに腫れがないか調べます。



4
検査終了：診察時間は、10～20分です。約2～4週間で細胞診の結果も含めた検査結果がわかります。

日本のがん検診受診率は
OECD加盟国の中で最低レベルです。
また、特に若い世代で
子宮頸がんが増えています。



まわりも子宮頸がん検診を
受けていないから、
平気…？

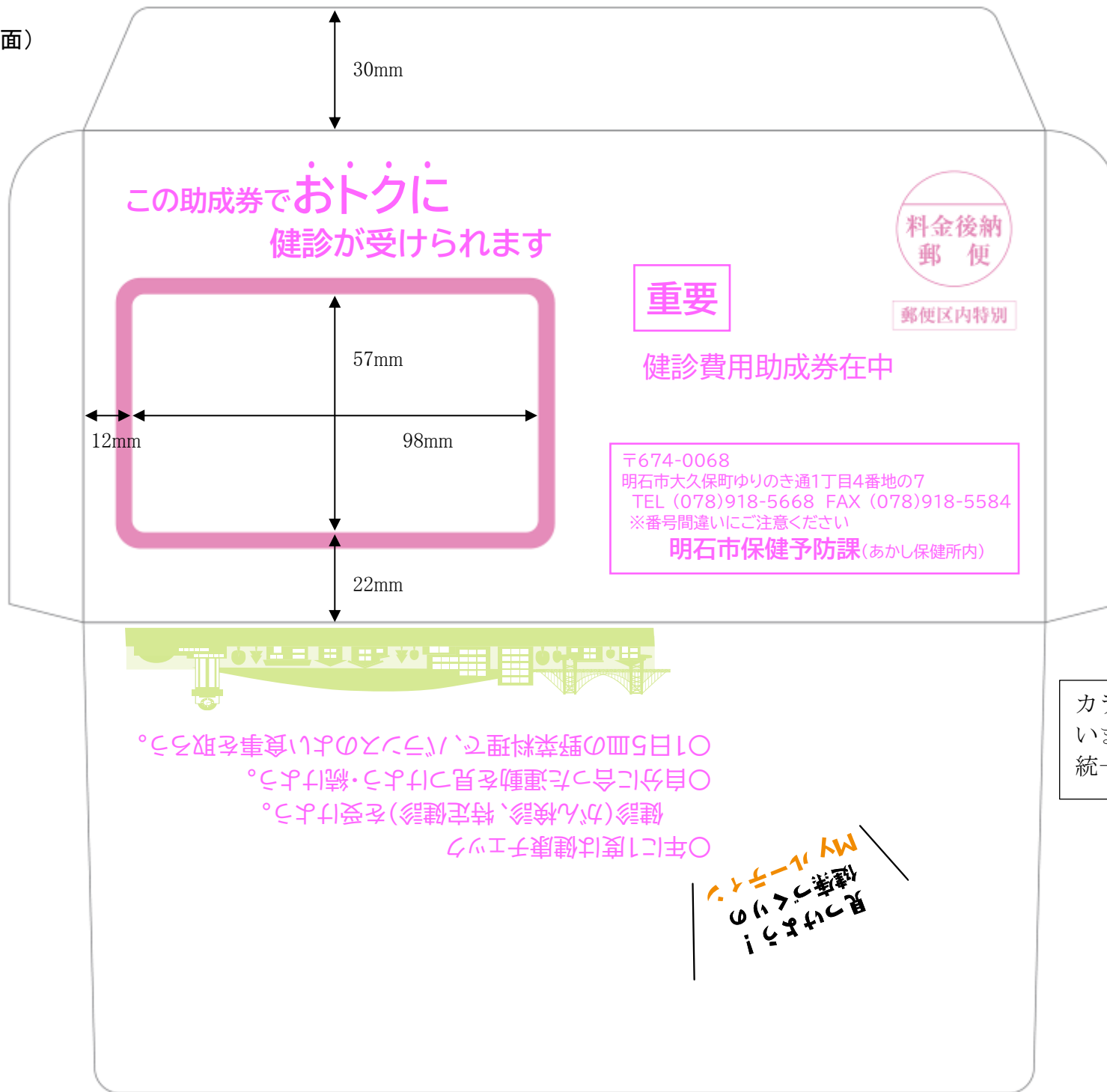
③ っの理由

— 子宮頸がんについての薬料なぞモソに答えます —

なぜ、「子宮頸がん」の検診は
効果的なのか

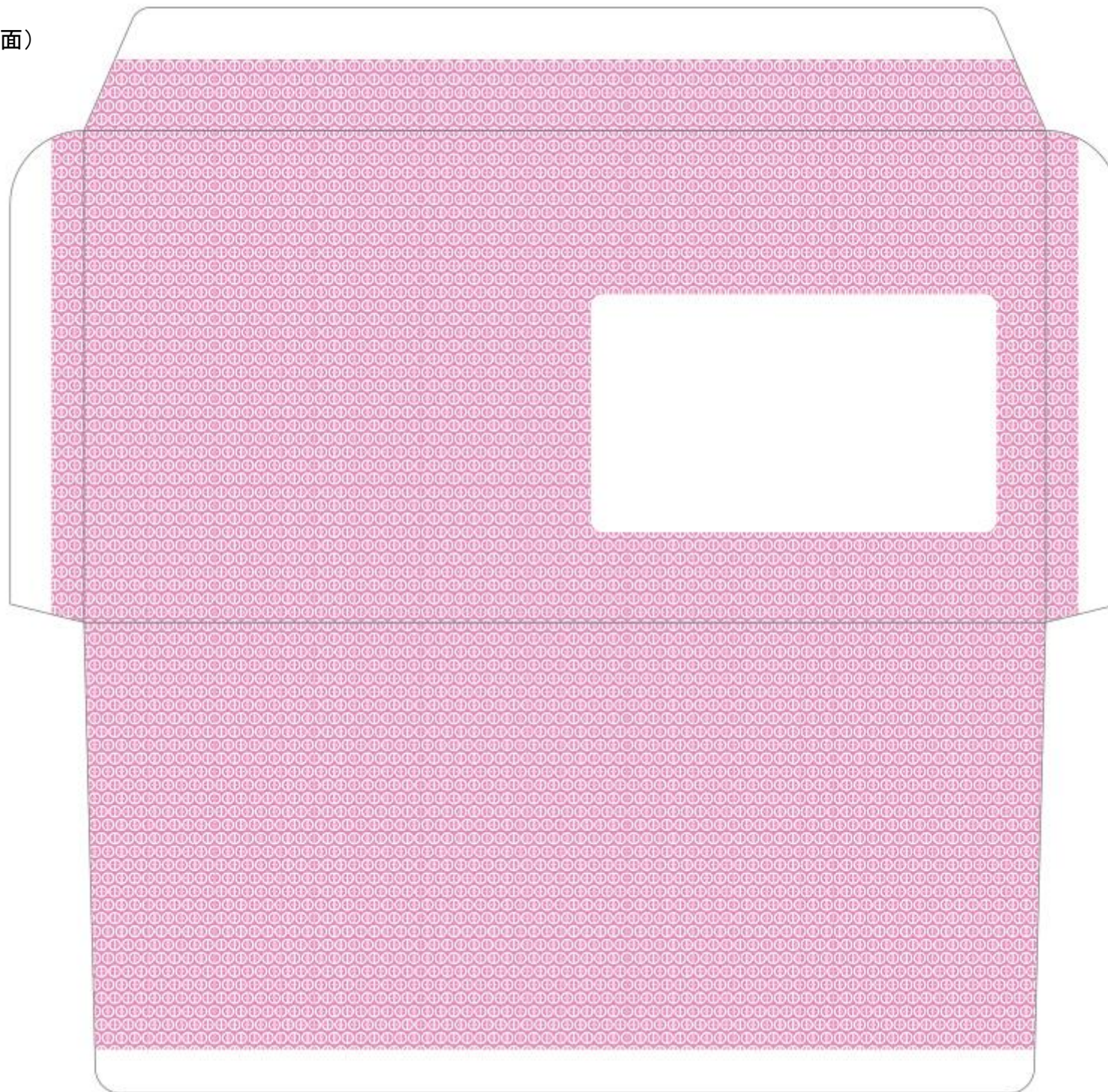
印 刷 仕 様 書				
品 名	発注課	保健予防課	担当者	藤井
健診費用助成券等送付用封筒 (受託者封入用)	連絡先	(078) 918-5668		
	数 量	95,000部		
納品場所	保健予防課(あかし保健所4階)	納 期	令和6年6月10日	
印刷方法	<input checked="" type="checkbox"/> コンピューター組版 <input type="checkbox"/> ダイレクト <input type="checkbox"/> その他 () <input type="checkbox"/> 見本のとおり			
	<input type="checkbox"/> オフセット <input type="checkbox"/> その他 ()			
規 格	<input type="checkbox"/> A__版 <input type="checkbox"/> B__版 <input checked="" type="checkbox"/> その他 <u>120</u> mm × <u>235</u> mm (長3) <input type="checkbox"/> タブロイド版____項____ツ折り			
	封筒 <input type="checkbox"/> 長__号 <input type="checkbox"/> 角__号 <input type="checkbox"/> その他 ____mm × ____mm			
表 紙	<input type="checkbox"/> あり <input checked="" type="checkbox"/> なし			
	<input type="checkbox"/> 再生紙____kg ____% 再生紙使用マーク <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> その他____紙____色____kg____ <input type="checkbox"/>			
本 文	<input type="checkbox"/> 再生紙____kg ____% 再生紙使用マーク <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし <input checked="" type="checkbox"/> その他 ※ 片晒クラフト紙 白 色 <u>75.5</u> kg ____ <input type="checkbox"/>			
	ページ数____ページ 内 ____ツ折り____枚			
あい紙	<input type="checkbox"/> あり____枚 <input checked="" type="checkbox"/> なし 紙 質 ____紙____紙____			※使用する紙については、古紙パルプ、または環境に配慮したバージンパルプ（森林認証材等を使用しているもの等）を原料に含む製品を優先的に選定していただけるようお願いいたします。（ただし指定はしません。見本と類似の仕上がりができるものであれば、上質紙等、古紙パルプ等を含まないものも可とします。）
	<input type="checkbox"/> カーボン紙 <input type="checkbox"/> ノンカーボン紙 ____発色 1セット____枚 減 感 <input type="checkbox"/> あり____カ所 <input type="checkbox"/> なし			
カーボン	<input type="checkbox"/> 減感 <input type="checkbox"/> あり____カ所 <input type="checkbox"/> なし			<input type="checkbox"/> 5枚目____色____kg <input type="checkbox"/> 4枚目____色____kg
刷 色	<input checked="" type="checkbox"/> 1 色 <input type="checkbox"/> 黒 <input checked="" type="checkbox"/> 赤 <input type="checkbox"/> 青 <input type="checkbox"/> その他____色 <input type="checkbox"/> 見本のとおり			
	<input type="checkbox"/> カラー (2・3・4)色、____色____色____色			
刷 方	表 紙 <input type="checkbox"/> 片面刷り <input type="checkbox"/> 両面刷り 本 文 <input type="checkbox"/> 片面刷り <input checked="" type="checkbox"/> 両面刷り あい紙 <input type="checkbox"/> 片面刷り <input type="checkbox"/> 両面刷り <input type="checkbox"/> 刷方なし カーボン <input type="checkbox"/> 片面刷り <input type="checkbox"/> 両面刷り			
	製 本			
製 本	<input checked="" type="checkbox"/> バラ <input type="checkbox"/> 天のり <input type="checkbox"/> 並製本 <input type="checkbox"/> 上製本 <input type="checkbox"/> くるみ表紙 <input type="checkbox"/> クロス巻き <input type="checkbox"/> 針金(中・平)とじ <input type="checkbox"/> ミシン 縦__本、横__本 <input type="checkbox"/> 穴あけ ____カ所 <input type="checkbox"/> 見本のとおり			
	校 正			
指 示 事 項	落札後の事前打合せ <input checked="" type="checkbox"/> 必要 <input type="checkbox"/> 不要			
	校 正 <input checked="" type="checkbox"/> 必要 最低 <u>1</u> 回 <input type="checkbox"/> 不要			
	色校正 <input checked="" type="checkbox"/> 必要 最低 <u>1</u> 回 <input type="checkbox"/> 不要			
指 示 事 項	写 真 <input type="checkbox"/> あり ____枚提示→カラー____枚モノクロ____枚			
	イラスト <input checked="" type="checkbox"/> あり ____枚提示→カラー____枚モノクロ____枚			
指 示 事 項	原 稿 <input checked="" type="checkbox"/> 原稿渡し <input type="checkbox"/> 手書き (ダイレクト・コンピュータ組版) <input checked="" type="checkbox"/> ワープロ (ダイレクト・コンピュータ組版) <input type="checkbox"/> データ渡し (ワード・エクセル・その他 ())			
	その他 ・封をする部分ののりは、受託者が封緘作業できるものであれば種類は問わない。(アラビア糊等) ・内かます ・1箱1,000枚入り ・表面に「郵便区内特別」と表記。 ・再生可能エコ窓使用 (郵便バーコード読取可能な透過性を必ず確保すること。) ・箱の側面に1部見本を貼付し、納品年月と部数を表記すること。 ・著作権は明石市に帰属すること。 ・納品時に印刷データ (イラストレーターで使用可) も納品すること。			

(受託者封入用：外面)



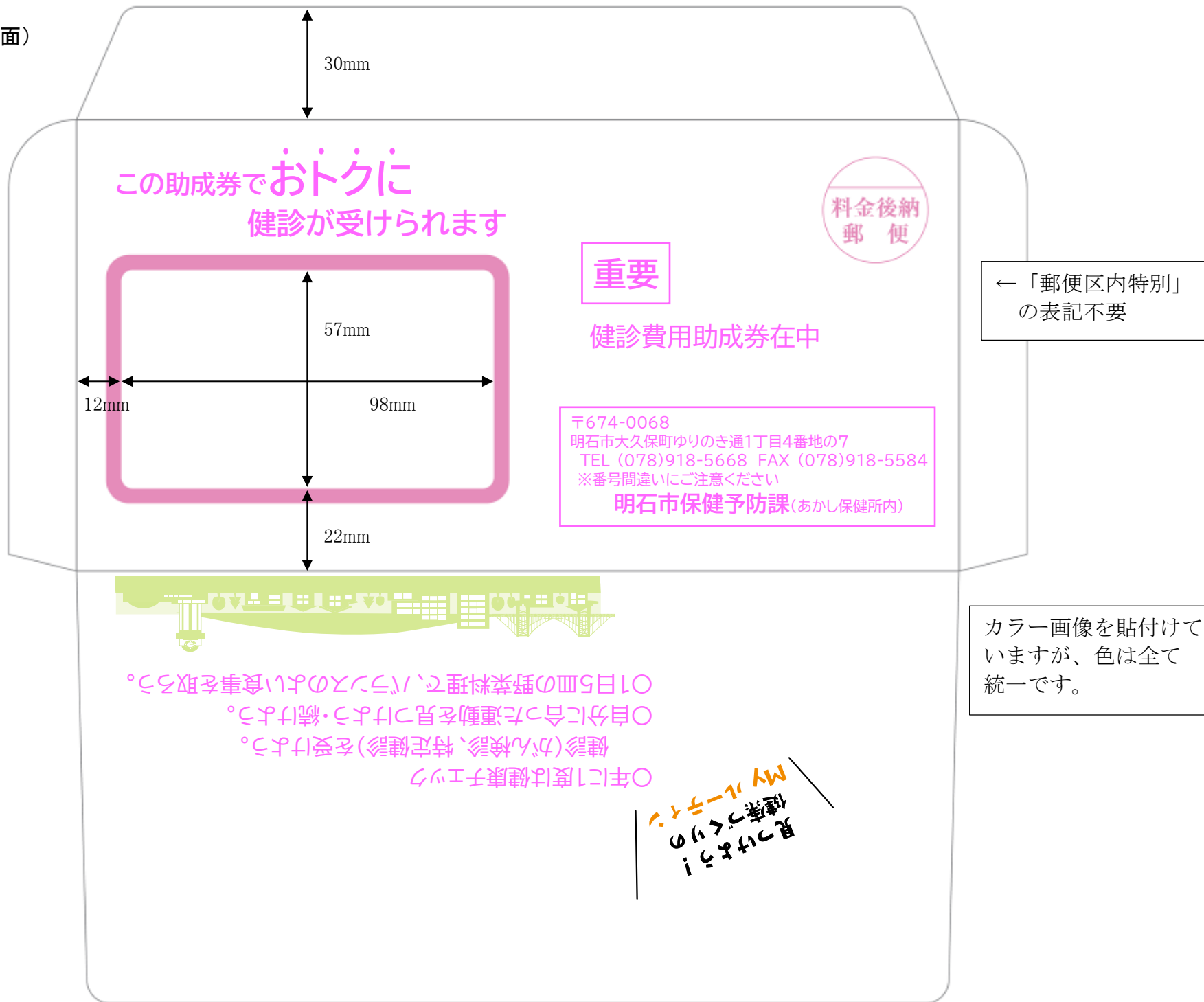
カラー画像を貼付けていますが、色は全て統一です。

(受託者封入用：中面)



印刷仕様書				
品名	発注課	保健予防課	担当者	藤井
健診費用助成券等送付用封筒 (手封入用)	連絡先	(078) 918-5668		
	数量	25,000部		
納品場所	保健予防課(あかし保健所4階)	納期	令和6年6月10日	
印刷方法	<input checked="" type="checkbox"/> コンピューター組版 <input type="checkbox"/> ダイレクト <input type="checkbox"/> その他 () <input type="checkbox"/> 見本のとおり			
	<input type="checkbox"/> オフセット <input type="checkbox"/> その他 ()			
規格	<input type="checkbox"/> A__版 <input type="checkbox"/> B__版 <input checked="" type="checkbox"/> その他 <u>120</u> mm × <u>235</u> mm (長3) <input type="checkbox"/> タブロイド版____項____ツ折り			
	封筒 <input type="checkbox"/> 長__号 <input type="checkbox"/> 角__号 <input type="checkbox"/> その他 ____mm × ____mm			
表紙	<input type="checkbox"/> あり <input checked="" type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> 再生紙____kg ____% 再生紙使用マーク <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> その他____紙____色____kg____口			
	<input type="checkbox"/> 再生紙____kg ____% 再生紙使用マーク <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし <input checked="" type="checkbox"/> その他 ※ 片晒クラフト紙 白 色 <u>75.5</u> kg ____口			
本文	ページ数____ページ 内 ____ツ折り____枚			
	<input type="checkbox"/> あり____枚 <input checked="" type="checkbox"/> なし 紙質 ____紙____紙			
カーボン	<input type="checkbox"/> カーボン紙 <input type="checkbox"/> ノンカーボン紙 ____発色 1セット____枚 減感 <input type="checkbox"/> あり____カ所 <input type="checkbox"/> なし			
	<input type="checkbox"/> 5枚目____色____kg <input type="checkbox"/> 4枚目____色____kg			
刷色	<input checked="" type="checkbox"/> 1色 <input type="checkbox"/> 黒 <input checked="" type="checkbox"/> 赤 <input type="checkbox"/> 青 <input type="checkbox"/> その他____色 <input type="checkbox"/> 見本のとおり <input type="checkbox"/> カラー (2・3・4)色、____色____色____色			
	表紙 <input type="checkbox"/> 片面刷り <input type="checkbox"/> 両面刷り 本文 <input type="checkbox"/> 片面刷り <input checked="" type="checkbox"/> 両面刷り あい紙 <input type="checkbox"/> 片面刷り <input type="checkbox"/> 両面刷り <input type="checkbox"/> 刷方なし カーボン <input type="checkbox"/> 片面刷り <input type="checkbox"/> 両面刷り			
製本	<input checked="" type="checkbox"/> バラ <input type="checkbox"/> 天のり <input type="checkbox"/> 並製本 <input type="checkbox"/> 上製本 <input type="checkbox"/> くろみ表紙 <input type="checkbox"/> クロス巻き <input type="checkbox"/> 針金(中・平)とじ <input type="checkbox"/> ミシン 縦__本、横__本 <input type="checkbox"/> 穴あけ ____カ所 <input type="checkbox"/> 見本のとおり			
	落札後の事前打合せ <input checked="" type="checkbox"/> 必要 <input type="checkbox"/> 不要 校正 <input checked="" type="checkbox"/> 必要 最低 <u>1</u> 回 <input type="checkbox"/> 不要 色校正 <input checked="" type="checkbox"/> 必要 最低 <u>1</u> 回 <input type="checkbox"/> 不要			
指示事項	写真 <input type="checkbox"/> あり ____枚提示→カラー____枚モノクロ____枚 イラスト <input checked="" type="checkbox"/> あり ____枚提示→カラー____枚モノクロ____枚 原稿 <input checked="" type="checkbox"/> 原稿渡し <input type="checkbox"/> 手書き (ダイレクト・コンピュータ組版) <input checked="" type="checkbox"/> ワープロ (ダイレクト・コンピュータ組版) <input type="checkbox"/> データ渡し (ワード・エクセル・その他 ())			
	その他 ・ アドヘア糊 ・ 内かます ・ 1箱1,000枚入り ・ 再生可能エコ窓使用 (郵便バーコード読取可能な透過性を必ず確保すること。) ・ 箱の側面に1部見本を貼付し、納品年月と部数を表記すること。 ・ 著作権は明石市に帰属すること。 ・ 納品時に印刷データ (イラストレーターで使用可) も納品すること。			

(受託者封入用：外面)



(受託者封入用：中面)

