

楽しく愉快地に、「あなたもちょうどいいカラダ」づくりをしませんか

# 「健幸スマイルチャレンジ♪」のチャレンジャー募集!



健康に関する知識を学びながら、自分の体重管理に挑戦して、生活習慣病の発症を予防します。チャレンジャーの取り組みは、保健師、管理栄養士、運動指導士がサポートします!

▶参加者は一日の消費カロリーなどがわかる携帯活動量計を各自で使用します。



取り組み期間：7月～12月の期間、毎月1～2回  
場所：健康センターはびふる、

総合運動公園（トレーニングルーム）

対象者：40～69歳の体型（体重）が気になっている方、気になりだした方

募集人数：50人 料金：無料

募集方法：電話またはメールにて、住所・氏名・年齢・連絡先電話番号をお伝えください。

募集締切：6月16日(金)

問合せ・申込先

健康推進課 ☎ 25-5311 ✉ kenkou@ton21.ne.jp

## その他の検診

**歯ッピー検診**（歯周病検診・歯科保健指導）  
対象：18歳以上の方 料金：無料（申込不要）

**肝炎ウイルス検診**（血液検査）  
対象：過去に受けたことのない40歳以上の方  
料金：700円（40・45・50・55・60・65歳は無料）

## 集団けんしん（健康診査・がん検診）日程表 6月～7月分

● 実施会場

★のついた会場では、健診と全てのがん検診が1日で受診できます

健診日	会場名	午前の会場				午後の会場				
		受付時間	健康診査 肝炎ウイルス	肺がん 結核	胃がん	受付時間	健康診査 肝炎ウイルス	肺がん 結核	子宮がん 乳がん	歯ッピー 検診
6月	12月 沓見公会堂	9:00～10:30	●	●						
	12月 櫛川会館					13:00～14:00	●	●		
	15日 プラザ万象★	9:00～10:30	●	●	●	13:00～14:00			●	
	19日 きらめきみなと館★	9:00～10:30	●	●	●	13:00～14:00			●	
	23日 粟野公民館★	9:00～10:30	●	●	●	13:00～14:00			●	
	24日 松原公民館★	9:00～10:30	●	●	●	13:00～14:00			●	
7月	6日 山泉区会館	9:00～10:30	●	●						
	10日 健康センターはびふる	8:00～9:30		●	●	13:00～14:00			●	
	13日 黒河農村ふれあい会館	9:00～10:30	●	●						
	13日 健康センターはびふる					13:00～14:00	●	●		●
	18日 プラザ万象★	9:00～10:30	●	●	●	13:00～14:00	●	●	●	
	20日 きらめきみなと館★	9:00～10:30	●	●	●	13:00～14:00			●	
	27日 東郷公民館★	9:00～10:30	●	●	●	13:00～14:00			●	
	29日 粟野公民館★	9:00～10:30	●	●	●	13:00～14:00			●	

※大腸がん検診はどの会場でも実施しています。（健康センターはびふるでは平成30年2月28日(水)まで実施）

※非課税世帯・生活保護受給者の方は、健康推進課に事前申請することで無料となります（印鑑・受診券が必要）

※けんしん（健康診査・がん検診）の詳細については、5月下旬に対象者宛てに送付する案内通知や市ホームページをご覧ください。

問合せ先 健康推進課 ☎ 25-5311



生活に1つ加える健康習慣

# はびふる通信



## 今年も受けよう！けんしん（健康診査・がん検診）

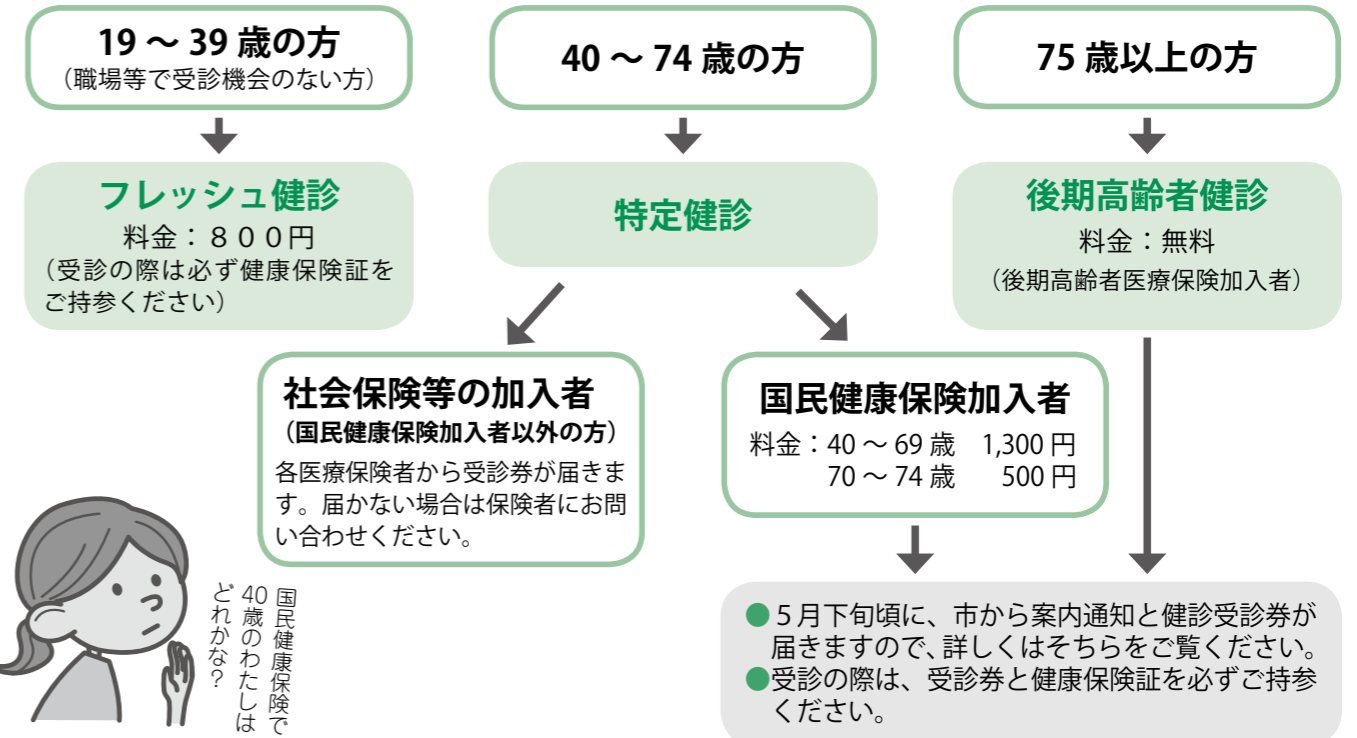
6月からけんしん（健康診査・がん検診）が始まります。健康だからこそ毎年1回必ず受診し、自分の身体のことを知って自己管理していくことが大切です。

実施期間 6月1日(木)～12月30日(土)

今年度から期間が短くなりました。  
早めのけんしんを!

### 健康診査を受けるには…

日時・申込方法は、左ページの日程表から都合のよい日を選んで、健康推進課までお申し込みください。（健診内容：身体計測・尿検査・血液検査など）



### がん検診を受けるには…

対象者の方には、市から5月下旬に「がん検診受診券」が届きます。左ページの日程表から都合のよい日を選んで、健康推進課までお申し込みください。受診の際は、「がん検診受診券」を必ずご持参ください。

**子宮がん検診**

● 子宮頸部（入口）の細胞診  
● 20歳以上の女性：1,000円

**乳がん検診**

● マンモグラフィー  
● 40歳以上の女性（昨年度受診していない方）：1,000円

**大腸がん検診**

● 便潜血検査（検便）  
● 40歳以上：500円

**肺がん・結核検診**

● 胸部レントゲン  
● 40歳以上：500円

**胃がん検診**

● 胃透視（1,000円）  
● 胃内視鏡（2,000円）  
● 50歳以上

※70歳以上の方は無料です  
※子宮頸がん検診、乳がん検診は医療機関で平成30年2月28日(水)まで実施しています。