

◎今年度最後の総合健診を実施します

スマイルエイジングの「^{しるまきる}知守」では、1年に1回「けんしん」を受けることを市民のチャレンジ目標に掲げています。自分の健康状態を把握し、生活習慣の見直しや病気の早期治療につなげましょう。

■総合健診の受け方

- とき・ところ 1月16日(土) 保健センター, 1月17日(日) 殖生公民館, 1月20日(水) 有帆公民館
- 申込期間 12月7日(月) 8:30～ ※定員に達し次第, 締め切ります。
- 申込方法 窓口または電話 ●問い合わせ・申込先 健康増進課

健診の種類	対象者 (令和3年3月31日時点)	自己負担額(総合健診)	
		市国保・後期高齢者	社会保険等
胃がん検診	50歳以上(2年に1回)	胃部X線 500円	胃部X線 1,200円
肺がん(結核)検診	40歳以上 (結核は65歳以上)	X線無料 (喀痰検査 500円)	X線 400円 (喀痰検査 600円)
大腸がん検診	40歳以上	300円	
子宮頸がん検診	20歳以上の女性 (2年に1回)	頸部 500円	頸部 900円
乳がん検診	40歳以上の女性 (2年に1回)	500円	1,400円
前立腺がん検診	50～70歳の男性		600円
若者健康診査	18～39歳		1,200円
骨量測定	若者健康診査を受診した女性		900円
後期高齢者の健康診査	後期高齢者医療被保険者	/	
特定健康診査	40歳以上(市国保加入者)		

※個別健診の実施は1月31日(日)まで, 後期高齢者の健診は令和3年3月31日(水)までです。

【すくすく相談】(母子健康手帳持参)

お子さんのことで心配なこと, 分からないことなどの相談に応じます。

- 対象 乳幼児とその保護者
- 内容 乳幼児の身体計測, 育児相談, 栄養相談
- 申込方法 窓口または電話

※新型コロナウイルス感染症予防のため, 事前に予約が必要です。

■スマイルキッズ

○とき 12月24日(木) 9:30～11:15

○申込先

ココシエ(スマイルキッズ内 ☎82-2526)

■保健センター

○とき 1月7日(木)
9:30～11:15

○申込先 健康増進課



【健康相談】

■厚狭地区複合施設

- とき 12月8日(火) 9:30～11:30
- 内容 血圧・体重・体脂肪率測定 ほか
- 持参物 健康手帳(お持ちの人)

【ミニしょくいくはかせ教室】

幼少期から様々な食体験を通して, 食の知識や調理技術の習得, 食事のマナーなどを総合的に学び, 家庭での食育実践をサポートする教室です。なお, 今年度の「もぐもぐはかせ教室」は中止しています。

- 対象 未就学児(保護者は見学のみ)

●とき 1月9日(土)

①9:45～10:30 ②10:45～11:30

●テーマ 「魚料理を作ろう」

●定員 各回6人(先着順)

※新型コロナウイルス感染症対策として, 定員を半数にし, 感染対策を行いながら実施します。

●参加料 1人100円

●持参物 エプロン, 三角巾, マスク, ハンカチ, お茶等

●ところ スマイルキッズ

●申込期限 1月4日(月)

●申込方法 窓口または電話

※アレルギーがある人は, 申込みの際にお知らせください。

●問い合わせ・申込先 健康増進課