

◎今年度最後の集団健診を実施します

スマイルエイジングの「^{しまる}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。

■集団健診の受け方

- 日時・場所 ①1月15日(土) 8:00～11:30 保健センター ②1月16日(日) 8:00～11:30 スマイルキッズ ③1月23日(日) 9:15～11:30 労働会館
- 申込期間・方法 12月8日(水)8:30～希望日の10日前までに電話または窓口で申込み
※定員に達し次第、締め切ります。 ㊟・㊦健康増進課

健診の種類	対象者 (令和4年3月31日時点)	自己負担額	
		市国保・後期高齢者	社会保険等
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500円 (喀痰検査600円)
胃がん検診 (胃部X線)	50歳以上(2年に1回)	500円	1,600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)	500円	900円
乳がん検診	40歳以上の女性 (2年に1回)	500円	1,800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		1,300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(月)までです。(ただし後期高齢者の健診は3月31日(木)まで)

【すくすく相談・ベビーサークル】

■すくすく相談

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、栄養指導

①スマイルキッズ

○日時 12月23日(木) 9:30～11:15

②保健センター

○日時 1月6日(木) 9:30～11:15

■すくすくベビーサークル

○対象 0歳～1歳3か月児とその保護者

①スマイルキッズ

○日時 12月23日(木) 10:00～11:30

○内容 ポチ袋を作ろう

②保健センター

○日時 1月6日(木) 10:00～11:30

○内容 色紙でこまを作ろう

●申込方法 電話または窓口

※希望する日時の開催場所へ申し込んでください。

㊟ココシエ(スマイルキッズ内 ☎82-2526)

㊟・㊦健康増進課

【ミニしょくいくはかせ教室】

●対象 3歳半～就学前の子ども

●日時 2月6日(日)

①9:45～10:30 ②10:45～11:30

●場所 スマイルキッズ

●内容 大豆からきな粉作り

●定員 各回6人(先着順)

●参加料 1人100円

●持参するもの

エプロン、三角巾、マスク、ハンカチ、お茶

●申込期限・方法

2月1日(火)までに電話または窓口で申込み

㊟・㊦健康増進課



【健康相談】

病気のこと、身体や心の悩みなど健康について保健師、管理栄養士が相談に応じます。

●日時 12月14日(火) 9:30～11:30

●場所 厚狹地区複合施設

●内容 血圧・体脂肪率測定、尿検査、栄養相談、禁煙指導、健診結果における相談 ほか

●持参するもの 健康手帳(お持ちの人)