

乳がん・子宮がん検診の

休日検診を実施します

なかなか仕事が休めずに医療機関等での検診が受けられない人の受診機会を拡大するため、乳がん・子宮がん検診の休日検診を実施します。まだ検診を受けていない人は、この機会にぜひ受診しましょう。無料クーポン券対象の人も今回の検診を利用することができます。なお、医療機関でのがん検診は1月末で終了します。

◎とき 9月1日(日) 9:00～12:00

◎ところ 市民病院

検診の種類	対象	自己負担金
乳がん	40歳以上で、昨年度と今年度に受診していない市内在住の女性	社会保険等：2,600円 市国民健康保険：500円
子宮がん	20歳以上で、昨年度と今年度に受診していない市内在住の女性	社会保険等：2,200円 (頸体部 3,800円) 市国民健康保険：500円

◎定員 乳がん検診12人、子宮がん検診15人

◎持参するもの 健康保険証、自己負担金、  
無料クーポン券(お持ちの人)

◎申込方法 申込先の窓口または電話にて申込み  
(完全予約制)

◎申込先 病院局医事課 (☎83-2355)



〈問い合わせ先〉健康増進課(保健センター内 ☎71・1814)

## ◎ JR美祇線に乗ってハイキングに行こう!

健康づくりの一環として「はつらつウォーキング」を実施します。

身近で手軽な有酸素運動であるウォーキング。歩くことで生活習慣病の予防や骨粗鬆症対策、ストレス解消、ダイエットなどいろいろな健康効果があります。健康推進員と一緒に楽しく歩いてみませんか。

◎対象

5km程度のウォーキングが可能な人

◎とき

10月11日(金) 9:30～12:00

※小雨決行。ただし、天候が悪い場合はお問い合わせください。

◎集合場所 保健センター

◎コース

行き:列車(JR厚狹駅→JR湯ノ峠駅)

帰り:ウォーキング約5km

(JR湯ノ峠駅→保健センター)

◎参加料

180円(運賃)、50円(保険代)

※当日徴収します。

◎持参するもの

飲み物、タオル、歩数計(お持ちの人)、帽子など

◎申込期限 10月4日(金)

◎申込方法 申込先の窓口または電話にて申込み

※歩きやすい服装、運動靴で参加してください。



〈問い合わせ・申込先〉健康増進課(保健センター内 ☎71・1814)



「はつらつウォーキング」参加者募集