

(健)康guide

中央保健センターからのお知らせ

【申込・詳細】 保健センター地域保健課
〒060-0063 南3西11 ☎511-7221 FAX511-8499

【楽しく♪健康ウォーキング】

生活習慣病を予防するにはウォーキングが効果的といわれています。健康のために歩いてみませんか。リズムに合わせた全身運動もします。コレステロール値・血糖値・体重などが気になる方には、特にお勧めです。

- ◆日時 6月17日(火)午後1時30分～3時。
- ◆会場 区民センター2階ホール(南2西10)。
- ◆対象 運動をする機会が少ない方。
- ◆定員・費用 50人・無料。
- ◆持参する物 室内用運動靴・汗ふき用のタオル・飲み物。
- ◆申込 6月11日(水)午前9時から電話でお申し込みください。先着順。



【胃がん・大腸がん検診】

保健センターでは、予約制で胃がん検診(バリウム検査)・大腸がん検診(便潜血検査)を行っています。

- ◆検診日 毎月第2金曜日の午前8時45分～10時。
- ◆対象 職場で受診する機会のない40歳以上の方(40歳未満の方は、市の受診費用補助の対象になりませんが、通常料金で受診することができます)。
- ◆費用 胃がん・大腸がんセット検診800円、胃がん検診のみ500円、大腸がん検診のみ600円。

なお、次の方は検査料金が免除されます。

- ①70歳以上の方(年齢が確認できるものが必要)、②特定の障害をお持ちの65～69歳の方(老人保健医療受給者証が必要)、③市町村民税非課税世帯に属する方(課税証明書が必要)、④生活保護世帯に属する方(受給証明書などが必要)。

◆申込 電話でお申し込みください。後日、受診票と検査セットを送付します。

【機能訓練の参加者募集】

身体に障害がある方の健康づくりのために、通所で運動や創作活動を行います。

- ◆日時 毎週2回(曜日不定)各回2時間。
- ◆会場 南静会西円山敬樹園(円山西町4)。
- ◆定員・費用 若干名・無料。定員に達した場合、待機していただくことがあります。
- ◆対象 市内にお住まいの40歳以上の方で、病气やけがのため身体に障害がある方や、日ごろ運動する機会が少ない方(介護保険の通所サービスを利用している方や、通院リハビリを受けている方は、ご利用できません)。
- ◆申込 保健センターの窓口へ直接。

【地区健康相談のご案内】

◆内容・対象・費用 下表の通り。

	検査内容	料金(※1)	対象者	結果
健康相談	血圧測定・尿検査	無料	健康相談を希望する方	当日会場でお知らせします
	肝機能検査 腎機能検査 血中脂質検査 血糖値検査		40歳以上の方	すべての方に3～4週間後に封書でお知らせします
	C型肝炎・ B型肝炎検査	400円	要件に当てはまる方は希望により受診できます(※2)	
	C型肝炎検査のみ	350円		
	B型肝炎検査のみ	100円		
	心電図検査	800円	医師が必要と認めた方	
結核検診	胸部X線間接撮影	無料	健康診断を受ける機会のない15歳以上の方(妊娠中の方は受診できません)	精密検査が必要な方のみ、2週間以内にお知らせします(異常のない方には特にお知らせしません)

- ※1 次の方は検査料金が免除されます
 - 70歳以上の方(年齢が確認できるものが必要)
 - 特定の障害をお持ちの65～69歳の方(老人保健医療受給者証が必要)
 - 市町村民税非課税世帯に属する方(課税証明書が必要)
 - 生活保護世帯に属する方(受給証明書などが必要)
- ※2 肝炎ウイルス検査を受診するための要件は次の通りです
 - 検査当日の満年齢が40・45・50・55・60・65・70歳の方
 - 過去に肝機能異常を指摘された方
 - 広範な外科的処置を受けたことがある方、または妊娠・分娩時に多量の出血をしたことがある方で、定期的に肝機能検査を受けていない方

◆日時・会場 下表の通り。

月日	受付時間	会場
6月25日(水)	午前9時30分～11時	伏見会館(南14西18)
	午後1時30分～3時	宮の森会館(宮の森2-5)
7月9日(水)	午前9時～11時	大通公園連絡所(北1西9)
	午後1時30分～3時	宮の森明和会館(宮の森2-11)

◆申込 当日、なるべく空腹の状態でご持参ください。健康手帳をお持ちの方はご持参ください。