



白石保健センターから

[詳細] 市コールセンター ☎ 222-4894
区健康・子ども課 ☎ 862-1881

ヘルスアップ体験教室 楽しく運動しながら、ヘルスアップしませんか

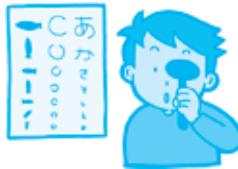
会 場 白石保健センター 2階「講堂」
 対 象 区内にお住まい40歳以上65歳未満の方
 定 員 30人
 申込方法 6月11日(月)から区健康・子ども課に電話で申し込み(受付時間:午前9時~午後5時)
 その他 無料。動きやすい服装、運動靴でお越しください

| | 日 程 | 時 間 | 講 話 | 内 容 |
|-----|----------|-------------------|--------------------|----------|
| 第1回 | 7月10日(火) | | みんなで考えよう 健康のこと! | ストレッチ |
| 第2回 | 7月24日(火) | 午後1時30分 ~3時30分 | みんなで考えよう 食事のこと! | 筋力トレーニング |
| 第3回 | 7月31日(火) | | みんなで考えよう 歯のこと! | リズム体操 |

市民健康教室 テーマ「中高年からの緑内障・白内障」

目の健康についての講演会を開催します。目を大切にして健康に過ごすために、疲れ目や視力低下などが気になる方は、この機会に学んでみませんか

日 時 6月15日(金)午後2時~3時30分
 会 場 白石保健センター 2階「講堂」
 講 師 ふじた眼科クリニック院長 藤田南都也先生
 参加方法 直接会場へお越しください。無料



胃がん・大腸がん検診のお知らせ

白石保健センターでは、毎月1回、40歳以上の方(職場で受診できる方を除きます)を対象に、胃がん・大腸がん検診を行っています。進んで受診しましょう

▶申込方法

実施日の10日前までに、区健康・子ども課に電話か直接窓口で申し込み
 ※検診を申し込まれた方には、後日、受診票および大腸がん検診採用具などをお送りします

| 実施日 | 実施会場 | 受付時間 | 受診料金 |
|----------|----------|-----------------|-----------------|
| 6月25日(月) | | | 胃・大腸(両方) 1,100円 |
| 7月9日(月) | 白石保健センター | 午前8時45分 ~10時 | 胃のみ 700円 |
| 7月23日(月) | | | 大腸のみ 600円 |
| 8月27日(月) | | | |

※下記に該当する方は、〔 〕内の証明書をお持ちになると受診料金が無料になります

- 70歳以上の方 [健康保険証など年齢を確認できるもの]
- 生活保護世帯の方 [生活保護受給証明書]
- 特定の障がいのある65~69歳の方 [老人保健法医療受給者証]
- 市民税非課税世帯の方 [市民税課税証明書]

地区健康相談を受けましょう

各地区で、健康相談と肝炎ウイルス検査を実施します。受診希望の方は、住所、氏名、年齢などが分かるもの(運転免許証や健康保険証など)をお持ちの上、直接下表の会場へお越しください

| 実施日 | 受付時間 | 実施会場 |
|----------|----------------|----------------------------|
| 6月26日(火) | 午前9時 ~11時 | 白石東地区センター (本通16丁目南4-27) |
| | 午後1時30分 ~3時 | 南郷福祉会館 (南郷通7丁目南4-4) |
| 6月27日(水) | 午前9時 ~11時 | 北都地区会館 (北郷3条12丁目4-1) |
| | 午後1時30分 ~3時 | 東白石会館 (本通13丁目南10-1) |
| 6月29日(金) | 午前9時 ~11時 | 白石駅前会館 (平和通2丁目北3-61) |

| 種別 | 検査項目 | 対 象 | 受診料金 |
|--|--------------------------|--|----------------------------------|
| 健康相談 | 血圧・尿検査 | 希望者 | 無料 |
| | 血液検査 | 40歳以上の方 ※すこやか健診を受診された方は対象となりません | ※医師の指示による心電図検査は有料1,200円 |
| | 胸部X線撮影 | ※妊娠中の方は胸部X線撮影は受けられません | |
| 65歳以上の方には問診票(生活機能自己チェックリスト)を記入していただき、医師による口腔内の視診や関節の触診などを実施します | | | |
| 肝炎ウイルス検査 | B型肝炎ウイルス検査 C型肝炎ウイルス検査 | ○満40歳の健康相談対象者 ○41歳以上で未受診の方 ○検診の結果、肝機能異常と判定された方 | 両方実施400円 B型肝炎100円 C型肝炎350円 |

※下記に該当する方は、〔 〕内の証明書をお持ちになると心電図検査と肝炎ウイルス検査も無料になります

- 70歳以上の方 [健康保険証など年齢を確認できるもの]
- 生活保護世帯の方 [生活保護受給証明書]
- 特定の障がいのある65~69歳の方 [老人保健法医療受給者証]
- 市民税非課税世帯の方 [市民税課税証明書]