

受診の際には、事前に「平成26年度健康ガイド」をご覧いただき、受診時の注意事項や検診が無料になる場合、検診予定日などをご確認ください。
※紛失したかたには、健康課で差し上げます。

移動こころの面接相談

臨床心理士が心の悩みを聞いてカウンセリングを行います。相談日前日までに電話でお申し込みください。



とき 5月15日(木)

13時30分～15時30分
※1回約50分

ところ 市民体育館
相談料 無料

大腸がん検診の容器 申し込み(1回目)

大腸がん検診は、事前に採便容器を自宅に郵送し、胸部総合検診日に容器を回収する方式で実施します。
昨年度の大腸がん検診を受診したかたには、5月中旬に容器を郵送します。容器が届いていないかたで、大腸がん検診を受けたいかたは、申し込みが必要となります。健康課に電話でお申し込みください。

対象

今年度中に35歳以上になるかた
(昭和55年4月1日以前に生まれたかた)
受付期間

○真中・二井田・上川沿地区の検診会場での受診を希望するかた

5月26日(月)～30日(金)

○下川沿地区の検診会場での受診を希望するかた

6月2日(月)～6日(金)

受付時間

9時～17時
申込専用ダイヤル

43-7143

※検診日程など、詳しくは「健康ガイド」

8・9ページをご覧ください。

※容器は申し込みから1～2週間程度

でお手元に届く予定です。

※採便容器には使用期限があります。

昨年度までに入手した容器では受診できません。

乳がん検診 めるの女性検診Day

乳がんにかかる女性が、年々増加しています。健康の確認、早期発見のために、ぜひこの機会に検診を受けましょう。

また、乳がん検診と同日、同会場で子宮がん検診を受けられる「めるの女性検診Day」も実施します。ご都合に合わせて受診してください。

対象

乳がん検診
今年度中に40歳以上になる女性
(昭和50年4月1日以前に生まれたかた)
子宮がん検診
今年度中に20歳以上になる女性
(平成7年4月1日以前に生まれたかた)

受付開始日・受付時間

6月1日(日) 9時～17時

※2日以降は平日のみ受け付けます。

※受付初日は回線が混み合い、電話

がつながりにくい場合があります。

申込専用ダイヤル

43-7143

※検診日程など、詳しくは「健康ガイド」

10・11ページをご覧ください。

※希望する検診日の2週間前までにお

申し込みください。ただし、各日程

とも定員になり次第申し込みを締め

切ります。
※めるの女性検診Dayには託児ができる日程があります。希望するかたは検診と併せてお申し込みください。

エンジョイ! 元気アップ講座

ウォーキング初級編

「春をさがして、のんびりウォーク」健康づくりのスタートは、手軽なウォーキングから! 今回は三ノ丸の保健センターを出発し、周辺をのんびり歩くウォーキング(初級編)。春風を感じながら、一緒に歩いてみませんか? 申し込み、参加費は不要です。歩きやすい運動靴、動きやすい服装でご参加ください。

とき 5月21日(水) 10時～11時30分

ところ 保健センター

持ち物 タオル、飲み物、帽子

※持ち物を入れるかばんは、リュックサックなど両手が使えるものにしてください。
※雨天の場合は保健センター内の講話に変更します。

エンジョイ! エクササイズ講座

「コロナはさむフンを踊ろう」

初めてのかたでも大丈夫。フラのリズムに合わせて体を動かし、楽しい時間を過ごしましょう。
申し込み、参加費は不要です。可能なかたは素足で踊る準備をしてきてください。

とき 5月28日(水) 19時～20時30分

ところ 樹海体育館

持ち物 室内用運動靴、タオル、飲み物

講師 若松 千恵氏