



秋田県レクリエーション大会(7月12日)

検診の際には、事前に「平成21年度保健ガイド」をご覧ください(紛失した場合は、健康推進課か総務課で差し上げます)。検診の際の注意事項や検診が無料になるかた、検診予定日を確認出来ます。



胸部総合検診と大腸がん検診(容器配布)

8月の検診は、矢立、花岡、十二所の各地区で実施します。都合の良い会場で受診してください。
大腸がん検診は、会場で採便容器を配布し、後日回収します。

※検診会場では、40～74歳の大館市国民健康保険加入者を対象とした特定健康診査と、75歳以上のかたを対象とした後期高齢者の健康診査も同時に行います。対象のかたには通知します。

対象 今年度40歳以上になるかた
自己負担金 胸部レントゲン撮影300円
喀たん検査 500円
大腸がん検診(容器回収時) 500円

持ち物 健康手帳、自己負担金
※検診で繰り返し精密検査になるかたは、直接医療機関での検査をお勧めします。



胃がん検診

お住まいの地区にかかわらず、どの会場でも受診出来ます。都合の良い会場へ直接お越しください。

また、8月は休日検診日があります。8月30日(日)にハートビルとつと(比内地域)で実施しますので、平日お忙しいかたは、この機会にぜひ受診してください。

エンジンオイル 元気アップ講座

どなたでも参加出来ますので、直接会場にお越しください。
とき 8月25日(火)
10時～11時30分
ところ 樹海体育館
内容 「こころの健康を考える」
～ヨガでリラクゼーション～
持ち物 健康手帳、内ズック、タオル、筆記用具
※動きやすい服装で参加してください。



ヘルシークッキング講座

日々の食事に一工夫するだけで、栄養のバランスを良くすることが出来ます。今回は「健康的な体重の維持」をテーマに行います。この機会にぜひ参加してください。

とき ①8月25日(火)9時30分～13時
②9月2日(水)9時30分～13時
※同じ内容で2回行いますので、どちらかにお申し込みください。

ところ 大館市保健センター
持ち物 米(0.5合)、エプロン、筆記用具、みそ汁少量(塩分測定用)
内容 栄養士による講話、調理実習、塩分チェック
参加費 無料
定員 ①、②とも各25人(先着順)
受け付け開始 8月6日(木) 8時30分

「大館能代空港周辺ふれあい緑地ウォーキング」参加者募集

とき 9月15日(火) 9時30分～12時
ところ 大館能代空港周辺ふれあい緑地
内容 ・健康づくりウォーキングの講演
・1時間程度のウォーキング
参加費 無料
定員 20人(先着順)
受け付け開始 8月5日(水)8時30分
※市民体育館前からバスが出ます。

80200いい歯の お年寄りを表彰します

県では、80歳以上で自分の歯を20本以上持っているかたを募集し、表彰します。
対象 昭和4年3月31日以前に生まれ、自分の歯が20本以上あるかた
締め切り 8月31日(月)
※大館保健所(北秋田地域振興局大館福祉環境部)に電話でお申し込みください。

申・問 大館保健所(北秋田地域振興局大館福祉環境部)
大館福祉環境部
☎ 52-3952