

# 一人ひとりに健康づくりのアドバイス アンケートにご協力ください



近年、生活環境の変化、高齢化などにより、がんや心臓病、脳卒中などの生活習慣病にかかるかたが増加しています。

生活習慣病は、偏った食生活や運動不足、喫煙、疲労、ストレスなど、日ごろの生活習慣が発症を促す原因と考えられています。また、自覚症状がないまま経過し、気がついたときにはかなり進行していたということもあります。

今回市が行うコンピュータによる健康診査では、アンケート方式で心身の健康状態や生活習慣病などについて答えていただきます。それをコンピュータで処理し、一人ひとりに合わせた健康づくりのアドバイスをいたします。

私たちが明るく幸せな生活を送るためには、心身とも健康であることが大切な要素。「自分の健康は自分でつくり、自分で守る」意識を持って、積極的にご協力ください。

## 対象

市内に住む30歳から55歳までの中から無作為で抽出した2、500人のかた

※直接調査票が郵送されます。

実施期間 8月20日(月)～9月3日(月)  
問 保健センター ☎42-90055



## 検診

### 胃がん検診

持ち物 健康手帳、検診料(900円)  
注意事項

- ・妊娠しているかたはご遠慮ください。
- ・前日の夜9時以降は、食べ物、水、たばこなどを口にしないでください。
- ・会場によっては待ち時間の長くなる場合がございます。時間に余裕を持っておいでください。

### 日程表

月 日	時 間	会 場
8月21日(火)	6時～7時30分	麗西分館
8月22日(水)	6時～7時30分	川口町内会館
8月23日(木)	6時～7時30分	大茂内町内会館
8月24日(金)	6時～7時30分	新沢町内会館

問 保健センター ☎42-9055

### 十二所地区の胸部総合検診と基本健康診査

#### 胸部総合検診で行うこと

- ・胸部レントゲン撮影
- ・喀たん検診容器配布

※問診で血たんなど自覚症状があるかたや、50歳以上で喫煙本数の多いかた及び1日の喫煙本数が多いかたが対象です。後日、容器の回収時に検診料(500円)をいただきます。

#### 基本健康診査で行うこと

身体測定 尿検査 血圧測定 医師の診察 血液検査(脂質・肝機能・腎機能・貧血・

月 日	時 間	会 場
8月27日(月)	6時～7時30分	城西町町内会館
8月28日(火)	6時～8時	天下町児童館
8月29日(水)	6時～7時	雪沢分館
8月30日(木)	5時30分～8時	二井田公民館
8月31日(金)	5時30分～8時	有浦スポーツ館
9月3日(月)	6時～8時	下川治公民館
9月4日(火)	5時30分～8時	釈迦内公民館
9月5日(水)	6時～8時	長面袋町内会館
9月6日(木)	5時30分～8時	別所町内会館
9月7日(金)	6時～8時	湯夢湯夢の里 温水プール前
9月7日(金)	6時～8時	花岡公民館
9月7日(金)	5時30分～8時	根下戸町内会館
9月7日(金)	6時～8時	上川治公民館
9月7日(金)	6時～8時	中央公民館
9月7日(金)	5時30分～6時	陣場町内会館
9月7日(金)	7時～7時30分	松原町内会館

血糖) 心電図・眼底検査  
持ち物 健康手帳、尿を入れた採尿ビン、  
検診料 レントゲン検診 200円  
基本健康診査 1、600円

#### 検診の結果

5、6週間で結果がわかります。レントゲン検診の結果は異常のあるかたのみに、喀たん検診と基本健康診査の結果は全員にお知らせします。なお、当日は大腸がん検診の容器配布も行います。

#### 日程表

月 日	時 間	会 場
8月27日(月)	13時～13時30分	葛原町内会館
8月27日(月)	14時10分～14時40分	沢尻町内会館
8月28日(火)	13時～13時30分	別所町内会館
8月28日(火)	14時10分～14時40分	猿間町内会館
8月29日(水)	13時～13時40分	軽井沢2区会館
8月29日(水)	14時20分～15時	曲田町内会館
8月30日(木)	13時～14時	大滝集会所
8月30日(木)	14時40分～15時	道目木町内会館
8月31日(金)	13時～13時30分	浦山町内会館
8月31日(金)	14時10分～15時	上新町町内会館
9月3日(月)	13時～14時30分	十二所公民館

#### 検診料が無料になるかた(各検診共通)

- ①老人医療受給者証を持参のかた
  - ②生活保護世帯のかた
  - ③市民税非課税世帯のかた
- ※②③のかたは事前に申請が必要です。  
印鑑を持参のうえ保健センターへおいでください。