

この機会を逃さないで！ 10月の健診を 受診しましょう



今月は、平成25年度中に実施する総合健診の最終実施月になります。

各地区での受診機会を逃した方、まだ受診されていない方は、必ず受診してください。

■受診時に必要なもの

7月上旬に対象者（特定健診対象者または過去3年以内に市の健診を受診された方）に郵送した**青色の封筒に明記**しています。

封筒を紛失した場合、もしくは届いていない場合は保健課までご連絡ください。

※市の国保以外の健康保険の被扶養者で、40歳から74歳の方が特定健診を受診する場合は、必ず「特定健診受診券」をお持ちください。

*広報7月号P2参照

■次の方は受診できません

①7・8月の総合健診を受診された方

②市の人間ドックを受診した方、受診する予定の方

■託児をご利用ください

日程表のとおり託児を実施します。託児を希望される方は、事前に保健課までお申し込みください。

■各会場での注意点

◇肺がん検診（肺CT）・歯科健診・乳がん検診（午後）
託児は、指定日（○印）の実施になります。

◇文化ホールは開館時間の8時まで入館できません。

◇都合の悪い場合は該当地区以外の日にも受診ができます。なお、変更の連絡は必要ありません。

■受診結果について

健診の受診日より約一カ月後に、健診結果報告会を開催します。

対象の方には通知をお送りしますので、必ずご出席ください。

*広報8月号P4参照

■お問い合わせ・お申し込み

保健課健康増進担当
（保健福祉センター内）

☎2314310

【総合健診日程表（10月）】

健診日	該当地区・場所		受付時間	対象	肺CT	歯科 健診	乳がん (午後)	託児			
10月 8日 (火)	地区	龍岡	8:00 ～ 10:30	龍岡町		○					
	場所	龍岡体育館									
10月 9日 (水)	地区	大草		大草町		○					
	場所	大草ふれあいセンター									
10月10日 (木)	地区	穂坂		穂坂町		○					
	場所	勤労青年センター									
10月19日 (土)	地区	市全体		未受診者		○		○			
	場所	保健福祉センター									
10月20日 (日)	地区	市全体	○						○		○
	場所	保健福祉センター									
10月24日 (木)	地区	市全体	○						○		○
	場所	東京エレクトロン葦崎文化ホール									
10月25日 (金)	地区	市全体	○						○	○	○
	場所	東京エレクトロン葦崎文化ホール									
10月26日 (土)	地区	市全体	8:00 ～ 10:30		○		○				
	場所	保健福祉センター									
10月27日 (日)	地区	市全体						○	○		○
	場所	保健福祉センター									

◇肺がん（CT）検診、歯科健診、乳がん検診（午後）、託児は○印の指定日のみ実施です。

陸上ウォーキング教室
で秋を満喫しませんか

私たち現代人は、便利な世の中になった反面、体を動かす機会が減り、運動不足になりがちです。歩行は全身の8割を使う手軽な全身運動です。この機会に、仲間と一緒にウォーキングを楽しみませんか。運動不足を解消し、気分もリフレッシュしましょう。

今回は武田八幡宮周辺を歩きます。スポーツ推進委員による歩き方の指導のほか、終了後には、食生活改善推進員による健康食の試食もあります。

■日時 11月16日（土）
9時30分～12時

（受付9時より）

■集合場所

神山公民館

※悪天候の場合は、保健福祉センター室内で運動を実施します。

■持物

汗拭きタオル、水分補給できる飲み物、運動できる服装、歩きやすい靴
*参加費は無料です。

■お問い合わせ・お申し込み

保健課保健指導担当
（保健福祉センター内）

☎2314310