



さわやか



◆と き 11月27日(金)
7時30分 市役所前発(無料送迎付)
帰りは14時30分ころ市役所前着の予定です。

◆申込方法 電話 ☎34-2585 ※10月30日(金)まで
☎32-5665 ※11月2日(月)から
平日 8時30分から17時00分まで

その他、郵便やファックス、インターネットでも申込みが可能です。詳しくは、広報4月号折込チラシをご覧ください。

*広報4月号折込チラシは、交流センターみらい・総合体育館・茂尻支所・平岸連絡所・市役所健康づくり推進係窓口においてありますので、ご利用ください。

◆申込締切 11月6日(金)まで ※申込み締切り後は、ご相談ください。

検診の種類		検診内容	対 象	料 金
特定健診・健康診査		身体計測・血圧測定・血液検査・尿検査・診察など	特定健診: 赤平市国保加入者(40~74歳) 健康診査: 後期高齢者医療(75歳以上)生保(40歳以上) ※上記以外の保険の方 30歳代健診: 30代で職場等で健診を受ける機会のない方	・赤平市国保加入者、後期高齢者医療の方、生活保護受給者は、無料。 ・上記以外の保険の方は各保険者にお問合せの上、受診券を発行してもらってください。 ・30歳代 1,000円(非課税・生保は500円)
がん検診	胃がん	胃バリウム検査	30歳以上	各1,000円
	肺がん	胸部レントゲン検査		
	大腸がん	便潜血検査(2日間)		
	子宮頸部がん	子宮頸部細胞診	女性20歳以上 昨年度受診者は自費	肺がん(胸部レントゲン) 500円 生活保護受給者・市民税非課税世帯の方は各500円
	乳がん(マンモグラフィ併用)	マンモグラフィ検査 視触診	女性40歳以上 昨年度受診者は自費	子宮頸部がん自費5,350円 乳がん自費6,180円
肝炎検査		血液検査	40歳以上で過去に肝炎検査を受けたことがない方	
エキノコックス検査		血液検査	小学3年生以上	300円

*他にも、肺ヘリカルCT・骨粗鬆症検査・前立腺がん検診・腹部エコー・内臓脂肪測定などを自費で受けることができます。(料金はお申込み時にご確認ください)

*次の方は申込時にお申し出下さい。

- ・平成26年度市民税非課税世帯の方・生活保護受給者。確認ができ次第、検診料金を減額します。
- ・乳・子宮頸部・大腸がん検診無料クーポン券及び、無料子宮頸部がん検診受診券をお持ちの方。



今月の
お知らせ



10月は 体力づくり強調月間です！



昭和44年度から、毎年10月1日～31日を「体力づくり強調月間」として提唱し、国民一般に健康・体力づくりを呼びかけるなどの運動を展開しています。

赤平市でも、健康や体力づくりに対する理解を深め、体力づくりに取り組む・体力づくりを日常生活に定着させるために、運動教室の開催や広報活動などを実施しています。そのひとつとして、自分の健康状態をチェックし、生活習慣を振り返る機会となるようにと、10月10日(土)赤平産業フェスティバルにおいて「健康バンザイ展」を開催いたします。

当日は体成分測定のほか、さまざまな展示、パンフレットの配布、医療・保健の専門家による健康相談などを受けることができます。ぜひお立ち寄りください。

健康バンザイ展の詳細については、広報10月号折込みチラシをご覧ください。

献血車ひまわり号がやってきます！

日程	場 所	時 間
11月2日(月)	赤平市役所	10:00～12:30
	あかびら市立病院	14:00～16:30
11月5日(木)	ふれあいホール前	10:00～11:20
	空知単板工業(株)	12:00～12:50
	コープさっぽろあかびら店	14:30～16:30



献血車ひまわり号が左記の日程で市内を巡回します。皆様のご協力をお願いします。

献血をすると後日、血液検査結果が郵送されるので、定期的な健康管理ができます。この機会に、献血で健康チェックをしてみませんか。

元気がみつかる場所
「ほほカフェ」

「工房赤平虹の架け橋」の通所者がカフェスタッフをつとめている、だれもが気軽に参加できるコミュニティカフェです。手づくりスイーツを味わいながら健康について楽しくお話をしませんか。

日 時	10月8日(木) 14:00～16:00
場 所	あかびら市立病院かあさん食堂「ぼらん亭」
テーマ	認知症を防ぐ生活習慣について