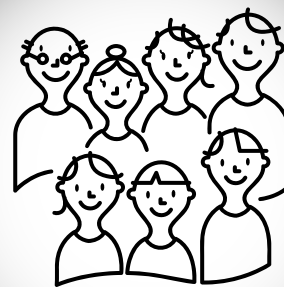


無料送迎つき!

札幌対がん協会 バスツアー検診

と き	9月7日(土)・11日(水) 7:30に市役所前出発 ※帰りは14:30ころの予定です。
申込方法	検診受付専用電話 ☎34-2580 平日 8:30~17:00 その他、郵便やファックス、インターネットでも申込が可能です。 詳しくは、広報4月号折込チラシをご覧ください!
申込締切	8月15日(木)まで



市民健康ガイド

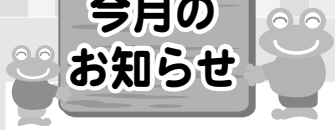
※広報4月号折込チラシは、交流センターみらい・総合体育館・茂尻支所・平岸連絡所・市役所健康づくり推進係窓口においてありますので、ご利用ください。

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) *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	<ul style="list-style-type: none"> ●赤平市国保加入者、後期高齢者医療の方無料! ●上記以外の保険の方は各保険者にお問い合わせの上、受診券を発行してもらってください。 ●30歳代 1,000円(生活保護受給者・市民税非課税世帯の方は各 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		
	喀痰検査	採痰検査(3日間)		
	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	生活保護受給者・市民税非課税世帯の方は各 500円
	乳がん (マンモグラフィー併用)	マンモグラフィー 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(5,200円) 乳がん自費(5,000円・マンモグラフィーのみ)
肝炎検査		血液検査	40歳以上で今までに検査をしたことがない方	
エキノコックス検査			小学3年生以上	300円

- 他にも、肺ヘリカルCT・子宮体部がん検診・骨粗鬆症検査・前立腺がん検診・腹部エコー・内臓脂肪測定等を自費で受けることができます。
- 次の方は申込時にお申し出下さい。
 - ①生活保護受給者・24年度市民税非課税世帯の方。確認ができ次第、検診料金を減額します。
 - ②乳・子宮・大腸がん検診無料クーポン対象の方。



今月の
お知らせ



赤平市民の健康寿命 男性 72.85歳 女性 81.08歳

健康寿命をのばそうシリーズ2



健康寿命とは、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間です。

残念ながら赤平市民の健康寿命は全道の中でも低い順位ですが、健康で長生きできるように、健康寿命を伸ばすポイントを、今後もシリーズでお伝えしていきます！

▶ 北海道の市町村別健康寿命の順位 (資料:北海道健康増進計画 すこやか北海道21より)

男性

第1位 月形町 82.40才

2位 壮瞥町 81.64才

175位 赤平市 72.85才

178位 泊村 70.18才

179位 西興部村 70.07才

女性

第1位 壮瞥町 92.30才

2位 留寿都村 91.13才

165位 赤平市 81.08才

178位 奥尻町 79.30才

179位 えりも町 79.10才

第2木曜日の14時から

元気がみつかる場所「にじカフェ」



病気や障がいがあっても、明るく元気に過ごせる暮らしを願って、「つどい・語り合い・まなび・はげまし」の場として、「にじカフェ」を開くことにしました！

カフェは毎月1回(第2木曜日)開催

第1回目の日時 8月8日(木) 14:00 ~ 16:00

場所 市立赤平総合病院 かあさん食堂「ぼらん亭」

今月のまなびのメニュー(14:30 ~ 申込み不要・料金無料!)

テーマ「楽しくできる認知症予防」としまして、市立赤平総合病院の服部先生のお話しや地域包括支援センター職員による頭の体操など。

「工房赤平虹の架け橋」のみなさんによる季節のスイーツや飲み物(ケーキ、コーヒー 200円から)も用意しています。おいしいコーヒーを飲みながら、楽しく、ためになるお話を聞きにきませんか？

主宰 健康暮らしを考える茶話会

問合せ 健康づくり推進係 ☎32-5665

問合せ 健康づくり推進係 ☎ 32-5665 FAX 34-4188