

### 健康診査のお知らせ

☆市の特定健康診査・後期高齢者の健康診査・がん検診は、年1回のみ希望の医療機関または集団健康診査会場で受けることができます。

個別（市内の医療機関）で受ける場合 12月末まで（特定健康診査・後期高齢者の健康診査は12月27日まで）							
検診項目	特定健康診査・後期高齢者の健康診査	胃がん		大腸がん	肺がん・結核	子宮がん	乳房がん
		バリウム	カメラ				
個人負担金(70歳未満)	無料 (心電図・眼底検査追加希望者は各500円)	2,000円	2,000円	200円	レントゲン300円 レントゲンと喀痰500円	頸部1,000円 頸体部1,500円	500円
厚生連滑川病院	○	○	○	○	○	○	○
吉見病院	○			○	○	○	
荒川内科クリニック	○		○	○	○		
伊井外科医院	○	○	○	○	○		
石坂医院	○	○	○	○	○		
打田内科	○	○	○	○	○		
加積クリニック	○	○	○	○	○		
くるまたにクリニック	○	○	○	○	○		
さいとう内科医院	○	○	○	○	○		
鷹取医院	○	○	○	○	○		
中村内科医院	○			○	○		
野尻外科医院	○						
毛利医院	○	○	○	○	○		

＜注意＞胃カメラ検診が必要により生検された場合、医療費の対応となり負担金が増えます。健診の際は必ず保険証をご持参ください。

集団健康診査（バス）で受ける場合（○は午前、△は午後）							
検診項目	特定健康診査・後期高齢者の健康診査	がん検診					骨密度
		胃がん バリウム	大腸がん	肺がん・結核	子宮がん(頸部)	乳房がん	
受付時間	8:00～10:00	8:00～9:30	8:00～9:00	8:00～9:30	8:00～9:30 13:00～14:00	8:30～9:30 13:00～14:00	13:00～14:00
個人負担金(70歳未満)	無料 (心電図・眼底検査追加希望者は各500円)	500円	200円	レントゲン 無料 レントゲンと喀痰 200円	500円	500円	200円
6月20日(金)	○	○	○	○	△	△	△
7月5日(土) 25日(金)	市民健康センター	○	○	○	○	○	△

- ◆申込方法  
\*電話で市民健康センターへ。定員になり次第締め切りますので、お早めにお申し込みください。
- ◆注意事項  
【特定健康診査・後期高齢者の健康診査】  
\*血液検査を行いますので空腹状態で受診してください。\*必ず受診券と保険証をお持ちください。  
【胃がん検診】  
\*胃がん検診を受けられる方は、前夜9時以降絶食で受診ください。\*脱水予防のため、コップ1杯程度の水やお茶は検診の2時間前まで飲むことができます。\*普段から常用の心臓や血圧の錠剤は起床時に服用してください。ただし、血糖を下げる薬や粉剤は服用しないでください。  
【大腸がん検診】  
\*大腸がん検診を受けられる方は、事前に市民健康センターで検査セットをお渡しします。  
【骨密度検診】  
\*骨粗しょう症の早期発見のために検診を受けましょう。

申込み・問合せ先 市民健康センター ☎475-8011

### 介護予防まんてんクラブ ～前期参加者募集～

介護予防とは、いつまでも元気に自分らしく生活を送ることです。お話や実技を交え楽しく学んで、自分自身や大切な方々のために一緒に介護予防生活を始めてみませんか？

※今年度は介護予防まんてんクラブを交流プラザの「(仮称)老人の日」と同日に開催します。

対象者 市内在住の65歳以上の方、介護予防に興味・関心のある方 など

ところ 市民交流プラザ3階 多目的ホール

時間 9:30～11:30 (受付9:00～)

日程	内容			
6月17日(火)	挨拶	介護予防とは <保健師>	運動器の機能アップ <運動指導者>	体操
7月15日(火)	体操	今日の脳トレ	高齢期のうつとその予防 <臨床心理士>	体操
8月19日(火)	体操	今日の脳トレ	低栄養予防と健康長寿食 <管理栄養士>	体操
9月16日(火)	体操	今日の脳トレ	お口の機能アップ <歯科衛生士>	体操
10月21日(火)	体操	認知症とその予防 <保健師>	修了・座談会	体操

※内容が変更となる場合がありますのでご了承ください。

定員 30名程度

持ち物など タオル、筆記用具、水筒、動きやすい服装

参加費 無料

申込期限 6月13日(金)まで

申込み・問合せ先 地域包括支援センター ☎476-9400

### がん検診無料クーポン券のお知らせ

がんによる死亡を減少させるためには、がんの早期発見・早期治療が重要です。市では、罹患率（がんにかかる割合）の高い一定の年代の方々に対し、がん検診費用が無料となるクーポン券を配布しています。この機会にぜひ受診されることをお勧めします。

※職場でがん検診がある方は、職場での検診を優先してください。

GO!5・O!クーポン対象者（胃・肺・大腸）	
年齢	生年月日
50歳	昭和39年4月1日～昭和40年3月31日
55歳	昭和34年4月1日～昭和35年3月31日
60歳	昭和29年4月1日～昭和30年3月31日
65歳	昭和24年4月1日～昭和25年3月31日
70歳	昭和19年4月1日～昭和20年3月31日
75歳	昭和14年4月1日～昭和15年3月31日

子宮頸がん無料クーポン対象者（女性のみ）	
年齢	生年月日
20歳	平成6年4月1日～平成7年3月31日
21歳	平成5年4月2日～平成6年4月1日
30歳	昭和59年4月1日～昭和60年3月31日
40歳	昭和49年4月1日～昭和50年3月31日

乳房がん無料クーポン対象者（女性のみ）	
年齢	生年月日
40歳	昭和49年4月1日～昭和50年3月31日
41歳	昭和48年4月2日～昭和49年4月1日

問合せ先 市民健康センター ☎475-8011

夏前の体力づくり・健康づくり・ストレス解消などにご活用ください

◆6月の営業日 ■=休館日

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

プール 月～金 10:30～15:00 / 18:00～21:00  
土 10:30～13:00 / 18:00～21:00  
日曜・祝日 10:00～17:00

運動プログラム体験(全プログラム対象・月4回)  
6月特別水泳講習会(学童対象月4回) 受講受付中

※詳細につきましては下記連絡先までお問い合わせください

内閣府認定 公益財団法人体力づくり指導協会 滑川市柳原258-4  
滑川室内温水プール TEL.076-476-0711 www.tairyoku.or.jp

○プール料金 大人420円 高校生250円 (税込) 子ども120円 ※3歳以下無料  
※小学3年生以下のお子様は、保護者の同伴が必要です

プレミアム100 月額費用 4,860円(税込) Net3 Internet ネットスリーインターネット

# 100M サービス 好評受付中!!

「プレミアム100」は通信速度最大下り100Mbps、上り30Mbpsのベストエフォート型サービスです。

Net3インターネット サポートセンター Tel.474-9222 株式会社 ディーエム インターネットサービス 詳細はこちら ▶ <http://www.net3-tv.net/>

高速モバイルインターネット[WIMAX モバイルオプション]受付中

「あいらぶ湯」にアイスクリームをプレゼント。祝・7周年イベント。▼とき 6月15日(日) ▼当日「あいらぶ湯」を利用された方 先着300名