

ながく元気であるための健康ゾウ進のおはなし

8月5日(金)申込受付開始

国保人間ドック追加募集



問い合わせ 社会健康課 ☎2153

大竹市国民健康保険(国保)加入者の健康管理のため、人間ドックの追加募集を行います。

対象

- 次の全ての条件を満たす方
- ① 国保加入者で平成28年4月1日から継続して資格がある40歳以上の方(平成28年度中に40歳になる方を含む)
 - ② 国民健康保険料を滞納していない方
 - ③ 今年度の特定健康診査や人間ドックを受診していない方

- ※ 平成28年4月2日以降に国保に加入した方は、今年度の人間ドックは受診できません。また、受診決定後でも、国保から他の健康保険に加入した場合は受診できませんので、社会健康課へお知らせ下さい。
- ※ 自己負担額 9,000円
- ※ 追加で他の検診を受ける

方や所定の検査方法を変更する方は、別途料金がかかります。

申込方法

健診(検診)専用電話 ☎2155へ。(申込順)

※ 電話での申し込みが難しい方は、社会健康課窓口までご相談ください。また、受付開始初日は電話が混雑してつながりにくくなる場合がございます。その場合は時間を空けてかけ直してください。

申込期間 8月5日(金)～8月19日(金) (土・日曜日、祝日を除く) 8時30分～17時

受診期間 12月1日(木)～平成29年2月28日(火)

※ 受診する医療機関によっては、希望する月に受診できない場合がありますので、ご了承ください。

国保人間ドック実施医療機関

医療機関	定員	健診項目
大和橋医院	15人	<ul style="list-style-type: none"> 身体計測 循環器検査 消化器検査 呼吸器検査 血液検査 血清学検査 肝臓系検査 内分泌代謝系検査 腎臓系検査 眼科系検査
広島西医療センター	30人	
西広島リハビリテーション病院	30人	
アルパーク検診クリニック	定員には余裕があります	
がん健診センター 大野		
広島県環境保健協会		

※ 国保人間ドック全体の定員は200人です。また、医療機関によって、実施できない健診項目があります。

かんたん！健康・料理教室

～目からウロコのひと工夫～

問い合わせ 社会健康課 ☎2153

皆さん、カルシウムは足りていますか？

カルシウムは、私たちの骨や歯を支えています。しかし、体にカルシウムが足りなくなると、骨や歯から溶け出していきます。

そこで心配なのが骨粗しょう症です。今回の教室では骨粗しょう症とカルシウムに焦点を当てて、講座と実習を行います。減塩しながらカルシウムも摂れる料理を一緒に学びましょう。

ところ 総合市民会館

対象 市内在住の方

定員 各回30人(申込順)

参加料 500円(料理教室のみ)

持参品 講座・運動 タオル、運動しやすい服装、運動靴、飲み物

料理教室 エプロン、三角巾、手拭きタオル

申し込み 希望する回の開催日の1週間前までに電話または直接社会健康課へ。

	とき	内容
第3回	8月19日(金)	講義 骨粗しょう症と食事 運動 自宅のできる筋トレ
	9月2日(金)	料理教室 カルシウムをたっぷり含む献立 ～骨粗しょう症予防はやっぱりカルシウム～
第4回	9月16日(金)	講義 生活習慣病～動脈硬化と食事～ 運動 インナーマッスルトレーニング
	10月7日(金)	料理教室 青魚摂取でコレステロールを下げる食事 ～魚料理を積極的に摂って血管いきいき～

