


## 保健センター(ハスカッププラザ)

● **健康教室・健康相談** 300とまチョップポイント(フィットネス・栄養教室はポイント対象外) 📖 保健センター ☎ (35)2800

名称	とき	定員	内容	持ち物	申し込み
健康・栄養相談	15日(月) 9時～10時30分	なし	保健師・栄養士による相談、血圧・体重測定など(20歳以上の方)	なし	直接会場へ
オンラインフィットネス	18日(木)、25日(日) 10時～10時40分	各10人	脂肪燃焼運動と筋トレを、Zoomからリアルタイムで配信(20歳以上の方)	自宅のパソコンやスマートフォンなど(Wi-Fi環境推奨)	開催日の1週間前までに保健センターHPで 
オンライン栄養教室	25日(日) 14時～14時40分	10人	Zoomからリアルタイムで配信する教室(20歳以上の方)		
食事診断	随時受付	なし	2日分の食事記録に基づいて栄養士よりアドバイスをします	なし	詳細は保健センターへ

● **健康診断** ※総合健康診断はポイント対象外。GOGO健診、特定健診(プレ特定健診)・後期高齢者健診は100とまチョップポイント 📖 保健センター ☎ (35)0001

名称	とき	料金	対象	内容	申し込み
総合健康診断(短期人間ドック)	月～金曜日(祝日を除く) 受付=8時～10時	28,050円	希望者	事前予約必要。詳しくは、📖または保健センターへ(受付時間は個別に案内)	
GOGO健診	27日(出) 受付=8時～10時 ※2月7日実施分までは既に定員に達しています	5,500円	該当者 定各40人	短期人間ドックと同等	(注) GOGO健診については保険年金課から送付される案内をご覧ください
特定健診(プレ特定健診)・後期高齢者健診	15日(月)、18日(木)、25日(日) 受付=8時～10時	加入保険により異なります		(注)「特定健診・後期高齢者健診」については各加入保険先から送付される案内をご覧ください	

● **がん検診** 100とまチョップポイント 📖 保健センター ☎ (35)0001

実施がん検診	とき	ところ	定員	申し込み
子宮・乳	14日(日) 受付=8時～10時 16日(火)、★3月2日(火) 受付=13時～14時30分	保健センター	子宮=各50人 乳=各30人	大腸がんは7日前、その他は前日までに保健センターへ(申し込み順)
胃・肺・大腸	15日(月)、18日(木)、25日(日)、★3月4日(木) 受付=8時～10時		胃・肺のみ各30人 大腸は定員なし	

※がん検診は市内医療機関でも実施しています

## がん検診対象者(令和2年4月1日～令和3年3月31日までに下記年齢になる方)、および料金表

検診名	胃がん①	胃がん②	肺がん	大腸がん	乳がん①	子宮頸がん①	子宮体部がん	乳がん②	子宮頸がん②	
対象	50歳以上	40歳以上			40歳以上 50歳未満	50歳以上	20歳以上	20歳以上で問診により必要な方	令和2年4月1日時点で40歳であった女性	令和2年4月1日時点で20歳であった女性
	偶数歳になる方	偶数歳になる方								
内容	内視鏡検査	バリウムによる胃部エックス線	胸部エックス線	免疫便潜血検査 2日法	マンモグラフィ	頸部(けいぶ)細胞診検査	体部細胞診検査	乳・子宮頸がん検診は、同年度内に①か②のどちらか一方しか受診できません		
料金	2,000円	1,500円	200円(かくたん検査は400円追加)	400円	2,000円	1,700円	1,000円	700円	無料	
	無料の方 ●生活保護世帯の方 ●市民税非課税世帯の方で「がん検診等自己負担金無料証明書」をお持ちの方 ●受診時に70歳以上の方 ●一定の障がいがある65～69歳の方で「後期高齢者医療被保険者証」をお持ちの方							無料クーポン券と保険証などの身分証明書をお持ちください		

※65歳以上の方は保健センター実施の肺がん検診実施時に、結核健康診断も受けられます