


## 保健センター(ハスカッププラザ)

健康教室・健康相談 <b>300</b> とまチョップポイント(健康・栄養相談のみ対象) <span style="float:right">詳保健センター 回(35)2800</span>					
名称	とき	定員	内容	持ち物	申し込み
健康・栄養相談	12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	8日(休)、15日(休)、 22日(休) 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	22日(休) 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がアドバイス	なし	詳細は保健センターへ

### 健康診断 詳保健センター 回(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、市HPまたは保健センターへ(受付時間は個別に案内)	

### がん検診 **100**とまチョップポイント 詳保健センター 回(35)0001

実施がん検診	とき	ところ	定員	申し込み
子宮・乳	6日(火)、20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(木) 受付=8時~10時		胃・肺のみ各30人 大腸は定員なし	

※子宮・乳がん検診は医師、スタッフも全て女性で実施しています  
 ※市内各所バス巡回検診は、5月より開始します。ご利用希望の方は来月号をご覧ください。

## がん検診対象者(令和3年4月1日~令和4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		肺がん	大腸がん	乳がん		子宮頸がん	子宮体部がん
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
	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
料金	2,000円	1,500円	200円(かくだん検査は400円追加)	400円	2,000円	1,700円	1,000円	700円
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								

※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  
 ※がん検診は市内医療機関でも実施しています。受診の際は、「市のがん検診を受けたい」と医療機関にお伝えください