

保健センター(ハスカッププラザ)

健康診断 特定健診のみ 100 とまチョップポイント 申詳保健センター ㊟(35)0080

| 名称                | とき                         | 料金                      | 対象  | 内容                    | 申し込み                                                                                |
|-------------------|----------------------------|-------------------------|-----|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 特定健診              | 6月2日(月)、9日(月)<br>受付＝8時～10時 | 加入保険により異なります            | 該当者 | 各加入保険から送付される案内をご覧ください |                                                                                     |
| 総合健康診断<br>(人間ドック) | 月～金曜日(祝日を除く)<br>受付＝8時～10時  | 28,050円<br>※市民以外44,000円 | 希望者 | 電話または二次元コードで          |  |

がん検診 100 とまチョップポイント ※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 申詳保健センター ㊟(35)0080

| 実施がん検診 | とき                                                  | 定員                          | 申し込み                                                                                                |
|--------|-----------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 子宮・乳   | 5月13日(火)、20日(火)、27日(火)、6月3日(火)、10日(火)<br>受付＝13時、14時 | 子宮＝各50人<br>乳＝各35人           | 電話または二次元コードで<br> |
| 胃・肺・大腸 | 6月2日(月)、9日(月) 受付＝8時～10時                             | 胃＝各25人<br>肺＝各30人<br>大腸は定員なし |                                                                                                     |

健康教室・健康相談 300 とまチョップポイント(健康・栄養相談は対象外) 申詳保健センター ㊟(35)2800

| 名称                       | とき                                | 定員  | 内容                                                             | 対象                                     | 持ち物                 | 申し込み                                                                |
|--------------------------|-----------------------------------|-----|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------------|
| 転倒予防教室<br>3回コース※         | 5月21日～6月4日<br>毎週水曜日<br>10時～10時45分 | 12人 | 転倒予防のための体幹や下半<br>身を強化するトレーニング                                  | 市内在住の高校生を除く<br>18歳以上で医師による運<br>動制限のない方 | 室内運動靴<br>タオル<br>飲み物 | 5月9日(金)<br>9時から電話で                                                  |
| シェイプアップ<br>エアロ<br>3回コース※ | 5月23日～6月6日<br>毎週金曜日<br>10時～10時45分 | 15人 | 初めての方も安心<br>音楽に合わせ体を<br>動かし脂肪燃焼、体力UP                           |                                        |                     | ※1人1人講座<br>※血圧測定・体<br>調確認実施後、<br>見学となる場合<br>あり<br>※詳細は保健セ<br>ンターHPで |
| 整えて健康！<br>腸活のススメ         | 5月22日(木)<br>11時～12時               | 30人 | 腸を整える食材や食べ方を学ぶ                                                 | 市内在住の高校生を除く<br>18歳以上の方                 | なし                  | 5月9日(金)<br>9時から電話で                                                  |
| 健康・栄養相談                  | 随時受付                              | なし  | 保健師・栄養士による健康・栄<br>養に関する相談、健診結果の見<br>方、食事などに関する相談、来<br>所相談(要予約) |                                        |                     | 保健センターへ                                                             |

がん検診対象者(令和7年4月1日～令和8年3月31日までに下記年齢になる方)、および料金表

|     | 胃がん                                                                                                       |                        | 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<br>50歳未満 | 50歳以上  | 20歳以上            | 20歳以上で問診<br>により必要な方 | 令和7年4月<br>1日時点で<br>40歳の方             | 令和7年4月<br>1日時点で<br>20歳の方   |
|     | 偶数歳に<br>なる方                                                                                               |                        |                             |                    | 偶数歳になる方        |        |                  |                     |                                      |                            |
| 内 容 | 内視鏡検査                                                                                                     | バリウムに<br>よる胃部<br>エックス線 | 胸部<br>エックス線                 | 免疫便<br>潜血検査<br>2日法 | マンモグラフィ        |        | 頸部(けいぶ)<br>細胞診検査 | 体部細胞診<br>検査         | 乳・子宮頸がん検診は同一<br>年度内に①か②どちらか<br>のみの受診 |                            |
| 料 金 | 2,000円                                                                                                    | 1,500円                 | 200円(かく<br>たん検査は<br>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<br>●受診時に70歳以上の方 ●一定の障害がある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<br>どの身分証明書を持参 |

※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