住民健診（追加健診）のお知らせ

今年度健診を受けていない方を対象に、住民健診の追加健診を実施します。受診を希望する方は各地域の申込方法をご覧ください。

○健診項目　特定健診、生活習慣病予防健診、高齢者健診、結核・肺がん検診、喀痰検査、胃がん検診（胃部X線）、大腸がん検診、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診

＜大宮地域＞

○日時・場所

月　日	受付時間	場　所	備　考
11月17日（土）	7:30～11:00	総合保健福祉センター（かがやき）	12月7日のみ保育あり
11月28日（水）			
12月 7日（金）			

○申込期間　10月29日（月）～おおむね各健診日の7日前まで
○申込方法　申込期間に 健康推進課 へ電話でお申し込みください。
○そ の 他　各健診日は定員があります。日程等ご希望に添えない場合がありますのでご了承ください。
12月7日保育希望の方は、健診申し込みの際に保育の申し込みもお伝えください。
健診にお越しの際は、おおみやコミュニティセンター裏の駐車場をご利用ください。

＜山方地域＞

○日時・場所

月　日	受付時間	場　所
11月11日（日）	7:30～10:00	山方農林漁家高齢者センター（神奉地）

○申込期間　11月5日（月）まで
○申込方法　胃がん検診を希望する方は、必ず 山方支所 にお申し込みください。
事前申し込みがない場合は、当日検診を受けることができない事もありますのでご了承ください。

＜美和・緒川地域＞

○日時・場所

月　日	受付時間	場　所
12月 9日（日）	7:30～10:00	緒川保健センター

○申込期間　12月3日（月）まで
○申込方法　胃がん検診を希望する方は、必ず 美和支所または緒川支所 にお申し込みください。
事前申し込みがない場合は、当日検診を受けることができない事もありますのでご了承ください。

＜御前山地域＞

○日時・場所

月　日	受付時間	場　所
11月25日（日）	8:00～10:00	御前山保健福祉センター

○申込期間　11月19日（月）まで
○申込方法　胃がん検診を希望する方は、必ず 御前山支所 にお申し込みください。
事前申し込みがない場合は、当日検診を受けることができない事もありますのでご了承ください。

◎注意事項

＜特定健診を受診される方＞

特定健診受診券と健康保険証を必ずお持ちください。

＜胃がん検診を受診される方＞

検診前日の20時頃までに食事をとってください。それ以降から検診終了時まで食事をしないでください。ただし、血圧・心臓の薬は、起床直後コップ1杯（200ml）程度の水で服用してください。

○個人負担金

健(検)診項目	個人負担金
特定健診 (40～74歳の国民健康保険加入者)	1,000円
生活習慣病予防健診 (39歳以下の方)	1,000円
高齢者健診 (75歳以上の方)	無料
肺がん・結核検診	無料
胃がん検診	1,000円
大腸がん検診	500円
前立腺がん検診	500円
肝炎ウイルス検診	500円

申込・問 かがやき 健康推進課健康推進G　☎54-7121
山支 総合窓口・地域振興G　☎57-2121　美支 総合窓口・地域振興G　☎58-2111
緒支 総合窓口・地域振興G　☎56-2111　御支 総合窓口・地域振興G　☎55-2111

マタニティ教室(プレパパママ教室)について

パパ向けの子育てガイドブック『父になろうパパになろう～パパフレBOOK～』を活用し、沐浴体験を実施します。ぜひ夫婦そろってご参加ください。

妊娠中や出産後も安心して子育てができるように、からだと心の準備をしましょう。

○日　　時　　１日目　11月1日(木)　9:30～11:30(受付9:15～30)
　　２日目　12月8日(土)　9:30～11:45(受付9:15～30)
○場　　所　　総合保健福祉センター(かがやき)
○内　　容　　【１日目】～ハッピーマタニティ～
・妊娠中の胎児と母体の変化、妊娠中の過ごし方について
・胎児を育てる食生活について
【２日目】～ウェルカムベビー～
・沐浴体験　　・パパのマタニティ体験
・赤ちゃんが生まれてからの生活について
・家族で考えるバランス食について
○対 象 者　　市内にお住いの妊婦さんとその夫　　※家族の参加も大歓迎です。
○定　　員　　10組程度
○持 ち 物　　・親子(母子)健康手帳　　・妊娠届出時にお渡しした資料【1日目】
・父になろうパパになろう～パパフレBOOK～【2日目】
・飲み物等必要に応じてご持参ください
○申込方法　　開催日の1週間前までにQRコード(いばらき電子申請･届出サービス)、または電話・窓口での申し込みください。
※可能な限り、１日目･２日目通して参加ください。
○申込期限　　10月25日(木)まで

申込・問 かがやき 健康推進課母子保健G　☎54-7121