

ブックファームあーにす ～登別市市民自治推進委員会～

親子で読書に親しめる空間になっていますので、ぜひお立ち寄りください。

★読み聞かせ活動団体の『おはなしぼけっと』による読み聞かせもあります。

★読み聞かせをしていただけるボランティアスタッフも募集しています。

★絵本の貸出しはじめました。

日時 8月19日(土)10時～12時

場所 アーニス2階(観光経済部執務室となり)

問い合わせ 市民協働グループ
(☎01079)



口腔がん検診を受けませんか



▲申し込みフォーム

『口腔がん』は、発生頻度ががん全体の1～3%程度と少なく、一般にはあまり知られていないため、進行するまで放置されてしまうケースが多いがんの一つです。

専門医による検診を受けることができる貴重な機会です。この機会にぜひ検診を受けましょう。

日時	10月14日(土) 14時～16時30分	10月14日(土) 14時～17時	9月30日(土) 14時～17時	9月30日(土) 14時～16時30分
場所	しんた21	室蘭市保健センター	伊達市保健センター	洞爺湖町健康福祉センター
定員	42人	68人	68人	42人
※定員を超えた場合は抽選になります。				
対象	20歳以上の方			
内容	問診、口腔の視診・触診			
料金	1,000円			

申し込み 8月25日(金)までに氏名(ふりがな)、性別、生年月日、住所、電話番号、希望する検診会場、口腔がん検診の受診歴の有無(受診したことがある場合は受診した年)を、申し込みフォームまたは電話、ファクスで健康推進グループ(☎0100、FAX0111)

からだスツキリ運動教室

生活習慣病の予防や運動不足の解消に取り組んでみませんか。

日時 9月25日(月)10時～11時30分

場所 ヌプル

対象 市内に居住する19歳以上で、生活習慣病が気になる方

内容 家庭で行えるヨガ・ストレッチ、10分健康講話

定員 20人(定員を超えた場合は抽選)

ふしもとち え こ

インストラクター 藤本智恵子さん

参加料 300円

持ち物 飲み物、タオル

※運動ができる服装でお越しください。

※託児(定員6人)を希望する方は申し込み時にお伝えください。

申し込み 8月31日(木)までに申し込みフォームまたは電話で健康推進グループ(☎0100)



▲申し込みフォーム

後期高齢者健康診査・歯科健診

糖尿病などの生活習慣病を早期に発見するためには、健診が重要であると言われています。定期通院で検査しているのは治療中の病気が中心です。健康に長生きするため、健診で体の状態を知りましょう。

◎健康診査

対象	後期高齢者医療制度に加入している方
検査内容	健康診査 身長、体重、血圧、尿(蛋白・糖)、血液検査(血糖・脂質・肝機能・腎機能) がん検診 肺がん、大腸がん、胃がん(胃バリウムまたは胃カメラ)、乳がん、子宮頸がん ※胃カメラは、奇数月生まれの方が対象、乳がん、子宮頸がんは、奇数月生まれの女性が対象。
自己負担額	—
持ち物	5月上旬に送付した健康診査受診券(水色)、後期高齢者被保険者証
申込方法	登別・室蘭市内の実施医療機関に直接申し込み

◎歯科健診

対象	後期高齢者医療制度に加入している方
検査内容	現在歯、義歯、咬み合わせの状態、口腔衛生状況、歯周組織の状況
自己負担額	400円
持ち物	5月上旬に送付した歯科健診票(桃色)、後期高齢者被保険者証、介護保険手帳(要介護認定を受けている方)、糖尿病連携手帳(糖尿病治療中の方)
申込方法	登別市内の実施歯科医療機関に直接申し込み

問い合わせ 健康長寿グループ(☎01075)

※受診は令和6年3月までに1回です。2回以上受診した場合は全額自己負担となります。