

肺がん(結核)検診を受けましょう!

肺がんは、日本人のがんによる死亡数のトップです

6月18日から肺がん(結核)検診が始まります。受検票は、6月上旬に発送予定です。忘れずに受検しましょう。また、3月31日までに申し込むことができなかった人は、次のとおり追加で受け付けますので、ぜひ申し込んでください。

●検診について(1回のレントゲン撮影で、肺がんと結核を同時に診断)

対象 40歳以上の人(令和2年3月31日時点)

検診内容 胸部レントゲン検査、喀たん検査(※)

検診料 1,000円

70歳以上(令和2年3月31日時点)、市民税非課税世帯の人(基準日:平成31年3月31日)、生活保護受給者は無料

※問診の結果、必要と認められた人には、喀たん検査を実施します。それ以外の人で喀たん検査を希望する場合は、別途2,592円が必要です。

●日程(駐車場…あり:○ 少ない:△ なし:×)

月	日	曜日	受付時間	会場	駐車場	月	日	曜日	受付時間	会場	駐車場	
6	18	火	9:00~11:00	橋野地区多目的集会施設(橋野ふれあいセンター)	△	6	27	木	9:00~11:00	小佐野地区生活応援センター	×	
			13:30~15:30	栗橋地区基幹集落センター	○							
	19	水	9:00~11:00	釜石・大槌地域産業育成センター	○		28	金	9:00~11:00	松倉地区コミュニティ消防センター	×	
			13:30~15:30	大平集会所	○							
	20	木	9:00~11:00	洞関地区コミュニティ消防センター	○		30	日	9:00~11:00	釜石市民ホールTETTO	×	
			13:30~15:30									
	21	金	9:00~11:00	中妻地区生活応援センター	○		1	月	9:00~11:00	日向・新川原集会所(長内集会所)	○	
			13:30~15:30									
	22	土	9:00~11:00	昭和園クラブハウス	△		2	火	9:00~11:00	松倉地区コミュニティ消防センター	×	
			13:30~15:30									
	24	月	9:00~11:00	釜石市民ホールTETTO	×		7	3	水	9:00~11:00	唐丹地区生活応援センター	○
			13:30~15:30							上平田ニュータウン集会所		
25	火	9:00~11:00	野田集会所	×	4	木	9:00~11:00	小川集会所	×			
		13:30~15:30										
26	水	9:00~11:00	唐丹地区生活応援センター	○	5	金	9:00~11:00	小佐野地区生活応援センター	×			
		13:30~15:30					上平田集会所			×		

追加申し込みを受け付けます

●申込期間 6月10日(月)~21日(金) 8時30分~17時15分(土・日曜日を除く)

●申し込み・問い合わせ 市健康推進課 成人保健係 ☎22-0179

企画展 「食と歯」

6月の「食育月間」と6月4日から10日までの「歯と口の健康週間」に合わせ、歯と口の健康や栄養と食生活に関する図書を展示します。

■期間 6月4日(火)~19日(水) ※10日(月)、17日(月)は休館日です

■場所 図書館 1階展示ホール

■問い合わせ 市健康推進課 母子保健係 ☎22-0179
図書館 ☎25-2233



6月1日スタート みんなの健康づくりを応援する

かまいし健康チャレンジポイントが始まります

市は、市民の健康寿命を延ばし、皆さんが健康で生き生きとした生活を送ることができるよう、健康づくりに楽しく無理せず継続して取り組める「かまいし健康チャレンジポイント」を6月1日から再スタートします。生活習慣の改善や疾病を予防し、自分で自分の健康を守りましょう。

●対象 18歳以上(高校生を除く)の市内に住所、居所を有する人

●ポイントの集め方

対象活動	ポイント数	ポイントの取得場所
①市が行う各種健診、がん検診	各種健診ポイント(2ポイント/回)	市健康推進課、各地区生活応援センター、各健診会場
②健康イベントへの参加	健康イベントポイント(1ポイント/回)	<ul style="list-style-type: none"> 市や県、医師会、歯科医師会、薬剤師会、社会福祉協議会などが主催、共催するイベント 町内会や自治会などが主催の健康イベント 公民館や働く婦人の家事業(同所に登録している自主活動グループの活動を含む)
③健康体操・健康教室などへの参加	健康がんばるポイント(1ポイント/回)	市健康推進課、各地区生活応援センター、教室など
④ウォーキング		市健康推進課、各地区生活応援センター ※ウォーキング記録表を確認し、8,000歩ごとに1ポイント付与します
⑤市営プールの利用(トレーニング機器利用含む)		施設管理者
⑥スポーツクラブの利用		施設管理者
⑦その他(各種運動・スポーツの取り組み)		市健康推進課、各地区生活応援センター

②、③の各種活動の他、新規参加者を紹介した場合は、初回参加の際に紹介者と新規参加者に1ポイントを付与します



←ポイント対象の活動は、このマークが目印です

市が行うポイント対象活動は、市のホームページや広報かまいし、公民館だよりなどにより随時お知らせします。

いきいき健康チャレンジカードの受け取り方法

参加申込書に必要な事項を記入の上、市健康推進課、各地区生活応援センターへご持参ください。引き換えに「いきいき健康チャレンジカード」をお渡しします。市健康推進課では、郵送による申し込みも受け付けます。参加申込書は、市健康推進課、各地区生活応援センターなどに備え付ける他、市のホームページからダウンロードできます。

ポイントの使い方

- ポイントの有効期間は、かまいし健康チャレンジポイント事業実施期間中です
- 60ポイント(満点)取得者は、満点到達日から1カ月以内に市健康推進課、各地区生活応援センターにポイントカードをご持参ください。確認の上、商品券(1,000円分)と引き換えます
- 満点ポイントカードとの引き換えは、1年度につき1人1回までです
- 満点取得者は、翌年度に再登録をしてチャレンジすることができます



申し込み・問い合わせ 市健康推進課 成人保健係 ☎026-0025 大渡町3-15-26 ☎22-0179