

健康ポイント対象

歯科疾患検診のご案内

期間 6～12月

対象 今年度中に40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳になる市民

※妊婦は、妊婦歯科健診が受けられず(母子健康手帳交付時に配布した健診票で無料受診できます)

問合せ 健康推進課 ☎35-3160



健康ポイント対象

中学3年生から39歳の方へ 年に一度は健康診査を受けましょう!

10代や20代の若い人でも、コレステロールや尿酸値で正常値を超えることがあります。自分の体の状態を把握するために、年に一度は健康診断を受けましょう。

対象 中学3年生～39歳

※25歳以下は無料

申込み 事前にTEL・QR

※中学3年生は学校を通じて案内を配布するため申込不要

問合せ 健康推進課 ☎35-3160



健康ポイント対象

水中歩行運動で健康づくりしませんか?

対象 市内在住で次のいずれかに該当する方

①膝や腰などに痛みがあり、陸上でのウォーキングが困難で、今年度65歳以上になる

②身体障害者手帳(下肢・体幹の障がい)の交付を受けている

※主治医より運動制限をされていたり、自力歩行が困難な方は申込不可

※対象②に該当する場合は身体障害者手帳を持参

※今年度1人1回まで

期間 7～9月(施設の実施可能日)

場所 スポーツクラブアクトス高山(岡本町3)またはヒーローズイミングスクール(花岡町2)

※場所の指定は不可

定員 100人(超えた場合は抽選)

内容 水中歩行講習会(1回)

水中歩行運動(24回)
水中歩行開始前および最終回の筋力測定

※全てに参加できることが申込条件

申込み 6月15日(水)までに健康推進課(保健センター)または各支所地域振興課の窓口へ

問合せ 健康推進課 ☎35-3160

麻疹風しんの 予防接種を受けましょう

麻疹風しん予防接種(MRワクチン)は2回接種することが重要です。該当者は予防接種を受けましょう。

対象

◆第1期：満1歳の誕生日から2歳の誕生日の前日まで

◆第2期：小学校入学前1年間(年長児)平成28年4月2日～平成29年4月1日生まれ

※第2期の接種期限は令和5年3月31日(金)

料金 無料

※期限を過ぎると自費になります

健康ポイント対象

特定健診会場・健診日一覧

各会場での受付実施時間は、午前8時～10時30分です。

〔※〕の日は午前8時30分～10時30分です。

高山地域

健診日	健診会場
1日(水)	高山別院(鉄砲町)
2日(木)	
3日(金)	
※14日(火)	市民文化会館(昭和町1)
※15日(水)	
※16日(木)	
※17日(金)	
※21日(火)	
※22日(水)	森下ふれあい会館(森下町1)
28日(火)	
29日(水)	
30日(木)	久美愛厚生病院(中切町)

丹生川地域

健診日	健診会場
6日(月)	丹生川支所(坊方)
13日(月)	折敷地集会所(折敷地)

清見地域

健診日	健診会場
1日(水)	七郷会館(牧ヶ洞)
14日(火)	三ツ谷会館(三ツ谷)
27日(月)	きよみ館(三日町)
28日(火)	

一之宮地域

健診日	健診会場
23日(木)	一之宮支所(一之宮)
24日(金)	

朝日地域

健診日	健診会場
20日(月)	燦燦朝日館(万石)

久々野地域

健診日	健診会場
7日(火)	久々野公民館(久々野)
8日(水)	
9日(木)	
21日(火)	大西体育館(大西)
22日(水)	

国府地域

健診日	健診会場
15日(水)	金桶集会所(金桶)
16日(木)	
17日(金)	
30日(木)	こくふ交流センター(広瀬町)

上宝地域

健診日	健診会場
29日(水)	長倉多目的研修館(長倉)

申込み 指定の医療機関に予約をしてください
持ち物 予診票(白茶色)、母子健康手帳(対象者には、予診票を配布しています)
問合せ 健康推進課 ☎35-3160



毎月19日は食育の日です
適切な食塩摂取量を習慣にしましょう(男性7.5g未満、女性6.5g未満、高血圧の方6g未満)