



今月の健康第一

特定健診受診率がすごい！  
健康づくりに取り組むまち  
しらかば町



国保課  
☎(32)6425

●特定健診とは？

高血圧症や脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病のリスクが高まっているかをチェックするための健診です。

本市では、苫小牧市国民健康保険に加入している40～74歳の方に、年に1回無料で実施していますが、3人に1人程度しか受診していないのが現状です。今回、特定健診受診率が44.1%（町別統計より）と驚異的な高さを誇るしらかば町に注目！しらかば西町内会長の吉野武彦さんにお話を伺いました。

しらかば町の特定健診受診率が高く、素晴らしいですね

受診率が高いのですか。それはありがとうございます

町内会で行っている健康づくりのための具体的な活動内容を教えてくださいませんか？

しらかば西町内会では、町内会新聞「あすなろ」と併せて、市からのがん検診の案内を約700部配布しています。その他、ふれあいサロンで市の出前講座を活用し、健康や健診の受け方などのお話を聞かせてもらっていますね

会館で行うがん検診にも足を運んでくださり、住民の皆さんの健康意識の高さがうかがえますね！町内会として積極的に健康づくりに関わっていただき、ありがとうございます



市民の皆さん一人一人が意識的に健診を受け、自分の健康状態を知ることがとても重要です。  
国保特定健診は無料！年に1回、忘れずにお受けましょう！！

今月の国際交流

国際理解講座  
ロシアを身近に  
感じよう！

協働・男女平等参画室  
☎(32)6157

在札幌ロシア連邦総領事館のダニロワ・オリガ氏によるロシアの文化や日露交流についての講演を聞いて、もっと身近にロシアを感じてみませんか？

日 11月22日(木) 14時～15時30分  
所 COCOTOMA  
定 40人 申し込み順  
申 11月20日(火)までに、電話またはメールで  
協働・男女平等参画室  
☎(32)6157  
✉ kyodosankaku@city.tomakomai.hokkaido.jp

講師  
ダニロワ・オリガ氏 ▶

