保健センター(ハスカッププラザ)

●健康教室・健康相談

300 とまチョップポイント(フィットネス・栄養教室はポイント対象外)　詳保健センター　TEL(35)2800

名　称	と　き	定員	内　容	持ち物	申し込み
健康・栄養相談	18日(月) 9時～10時30分	なし	保健師・栄養士による相談、血圧・体重測定など (20歳以上の方)	なし	直接会場へ
オンラインフィットネス	14日、21日、28日 ★2月4日 毎週木曜日 10時～10時40分	各10人	脂肪燃焼運動と筋トレを、Zoom(ズーム)からリアルタイムで配信 (20歳以上の方)	自宅のパソコンやスマートフォンなど (Wi-Fi環境推奨)	開催日の1週間前までに保健センターHPで
オンライン栄養教室	28日(木) 14時～14時40分	10人	Zoom(ズーム)からリアルタイムで免疫力アップのレシピを紹介する教室 (20歳以上の方)		

●健康診断

※総合健康診断はポイント対象外。GOGO健診、特定健診(プレ特定健診)・後期高齢者健診は100 とまチョップポイント　詳保健センター　TEL(35)0001

名　称	と　き	料　金	対　象	内　容	申し込み
総合健康診断 (短期人間ドック)	月～金曜日(祝日を除く) 受付＝8時～10時	28,050円	希望者	事前予約必要。詳しくは、HPまたは保健センターへ(受付時間は個別に案内)	
GOGO健診	★2月7日(日)、27日(土) 受付＝8時～10時 ※1月31日実施分までは既に定員に達しています	5,500円	該当者 定各40人	短期人間ドックと同等	(注)GOGO健診については保険年金課から送付される案内をご覧ください
特定健診(プレ特定健診)・後期高齢者健診	18日(月)、21日(木)、25日(月) 受付＝8時～10時	加入保険により異なります		(注)「特定健診・後期高齢者健診」については各加入保険先から送付される案内をご覧ください	

●がん検診

100 とまチョップポイント　※対象者は下表で確認してください。　詳保健センター　TEL(35)0001

実施がん検診	と　き	ところ	定　員	申し込み
子宮・乳	17日(日)　受付＝8時～10時 19日(火)、★2月2日(火)　受付＝13時～14時30分	保健センター	子宮＝各50人 乳＝各30人	大腸がんは7日前、その他は前日までに保健センターへ(申し込み順)
胃・肺・大腸	18日(月)、21日(木)、25日(月)、★2月4日(木)、8日(月) 受付＝8時～10時		胃・肺のみ 各30人 大腸は定員なし	

※がん検診は市内医療機関でも実施しています

がん検診対象者(令和2年4月1日～令和3年3月31日までに下記年齢になる方)、および料金表

検診名	胃がん①	胃がん②	肺がん	大腸がん	乳がん①		子宮頸がん①	子宮体部がん	乳がん②	子宮頸がん②
対　象	50歳以上	40歳以上			40歳以上50歳未満	50歳以上	20歳以上	20歳以上で問診により必要な方	令和2年4月1日時点で40歳であった女性	令和2年4月1日時点で20歳であった女性
	偶数歳になる方				偶数歳になる方					
内　容	内視鏡検査	バリウムによる胃部エックス線	胸部エックス線	免疫便潜血検査2日法	マンモグラフィ		頸部(けいぶ)細胞診検査	体部細胞診検査	乳・子宮頸がん検診は、同一年度内に①か②のどちらか一方しか受診できません	
料　金	2,000円	1,500円	200円(かくたん検査は400円追加)	400円	2,000円	1,700円	1,000円	700円	無料	
	無料の方　●生活保護世帯の方　●市民税非課税世帯の方で「がん検診等自己負担金無料証明書」をお持ちの方　●受診時に70歳以上の方　●一定の障がいがある65～69歳の方で「後期高齢者医療被保険者証」をお持ちの方								無料クーポン券と保険証などの身分証明書をお持ちください	

※65歳以上の方は保健センター実施の肺がん検診実施時に、結核健康診断も受けられます