


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(健康・栄養相談のみ対象) 保健センター 回(35)2800					
名称	とき	定員	内容	持ち物	申し込み
健康・栄養相談	14日(月) 9時～10時30分	14人	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	6月1日(火)から電話予約
オンラインストレッチ	7日～21日 毎週月曜日 全3回 13時30分～14時30分	各10人	Zoomからリアルタイムで配信します 内容についてはHPをご覧ください	自宅のパソコンやスマートフォンなど (Wi-Fi環境推奨)	保健センターHPで ※ストレッチ、フィットネス=開催の3日前まで ※栄養教室=開催の7日前まで 
オンラインフィットネス	10日～24日 毎週木曜日 全3回 10時～11時				
オンライン栄養教室	★7月8日～8月5日 毎週木曜日 全4回 14時～15時 ※7月22日を除く	各8人	野菜レシピの調理工程をZoomからリアルタイムで配信する教室 (20歳以上の方)		
食事診断	随時受付	なし	2日分の食事記録に基づいて栄養士がアドバイス	なし	詳細は保健センターへ

健康診断 総合健康診断はポイント対象外。GOGO健診、特定健診は100 とまチョップポイント 保健センター 回(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、市HPまたは保健センターへ(受付時間は個別に案内)	
GOGO健診	6月12日(土)、★7月3日(土) 受付=8時～10時	5,500円	該当者	短期人間ドックと同等	受診券が届き次第予約可能
特定健診	17日(木)、24日(木)、28日(月)、★7月1日(木)、8日(木) 受付=8時～10時	加入保険により異なります		各加入保険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 保健センター 回(35)0001				
実施がん検診	とき	ところ	定員	申し込み
子宮・乳	15日(火)、★7月6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	17日(木)、24日(木)、28日(月)、★7月1日(木)、8日(木) 受付=8時～10時		①新生台総合センター ②住吉コミセン	
	14日(月) 受付=①8時 ②10時 ★7月5日(月)	スプリングタウン総合福祉会館		

※子宮・乳がん検診は医師、スタッフも全て女性で実施しています
※定員が決まっていますので、早めの予約をお願いします

がん検診対象者(令和3年4月1日～令和4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		子宮頸がん	子宮体部がん	乳がん②	子宮頸がん②
	対象	50歳以上 偶数歳になる方	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3年4月1日時点で40歳の方
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どちらかのみを受診	
料金	2,000円	1,500円	200円(かくだん検査は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持参	

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