

自分の健康は自分で守りましょう

がん検診についてのお知らせ

＜対象者全員に「受診票用シール・検診ガイド」を5月中旬頃から順次送付します＞

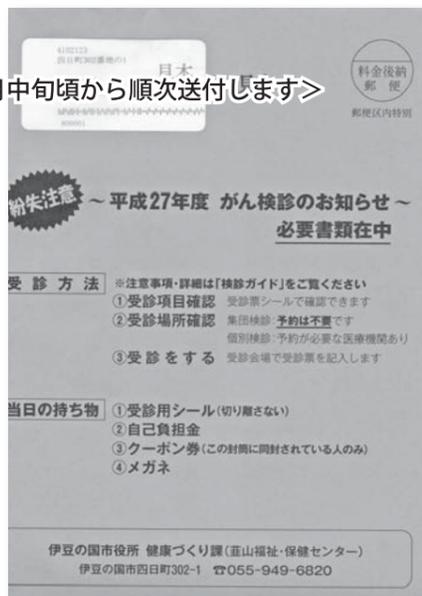
各種がん・骨粗しょう症・歯周疾患検診・肝炎ウイルス検査の通知を、5月中旬頃より順次送付します。

受診のときに必要です。集団検診会場・検診機関にお持ちください。持参しない場合、受診できないこともありますので、ご注意ください。

通知は住民票をもとに送付します。受診の注意事項や日程などは、検診ガイドに記載してありますのでご確認ください。

※受けられる医療機関などは、昨年度と変更があります。ご注意ください。

※6月になっても通知が届かない場合は、健康づくり課までご連絡ください。



受診方法

- ①受診項目確認 受診票用シールで確認できます。
- ②受診場所確認 集団検診：予約は不要です。個別検診：予約が必要な医療機関あり（予約開始5月18日（月））
- ③受診会場で受診票を記入 ※受診票は入っていません。

各種検診で

自己負担金が発生します

がん検診事業を適正に実施するため、市民の皆さんには、「自分の健康について意識を持って管理していただきたい」という思いのもと、今年度も多くの人に検診を受診していただきたいと思っております。

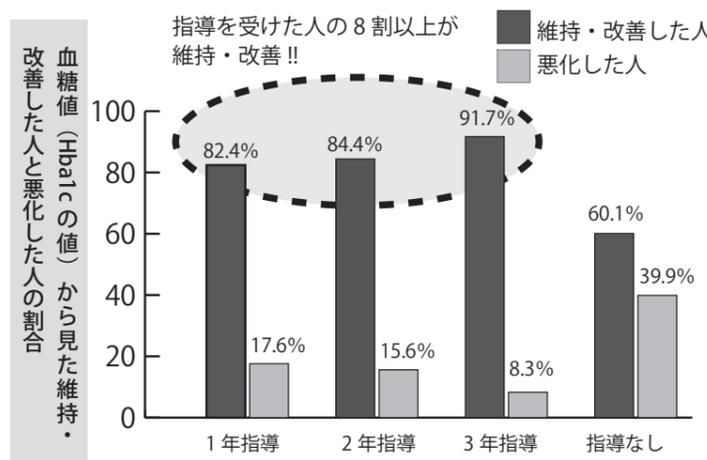


人工透析になる人の約90%が生活習慣病が原因

現状を知って早めの予防を

伊豆の国市民（国民健康保険加入者）の人工透析患者の約90%は生活習慣病が原因です。透析にならないためには、皆さんがメタボや糖尿病・高血圧の生活習慣病を予防していくことが大切です。

私たち保健師・栄養士があなたのもとへ



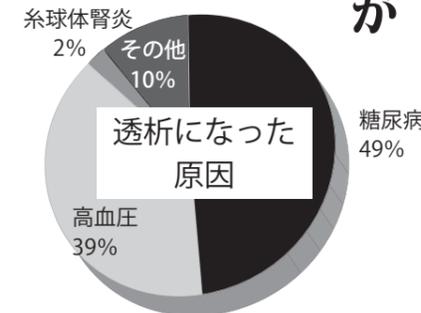
秋田県庁から依頼を受け、訪問事業の先進地として本市の保健師が講演をしてきました。



予防（食事・運動指導）のお手伝いに保健師・栄養士が各家庭を訪問しています。訪問指導を受けた人は、病状が維持・改善している結果が出ています。健康に不安のある人は、気軽にご連絡ください。



私たちが保健師・栄養士が各家庭を訪問しています。訪問指導を受けた人は、病状が維持・改善している結果が出ています。健康に不安のある人は、気軽にご連絡ください。



今年も始まります！

いずのくに健康マイレージ

生活習慣をちょっとよくする、地域の行事やボランティアに参加する、健（検）診を受けることなどでポイントを獲得。自分に合った健康づくりをして特典を手に入れよう。



対象 / 18歳以上の市内在住・在学・在勤の人
チャレンジ期間 / 5月1日（金）～平成28年2月29日（月）

特典 / もれなく、ふじのくに健康いきいきカード進呈（県内の協力店でさまざまなサービスが受けられます）
・先着で50人にハーミーLEDストラップライトプレゼント
・抽選で20人に市内協力店で使える共通商品券5,000円分プレゼント

※「いずのくに健康マイレージ」事業は、静岡県で推進している「ふじのくに健康長寿プロジェクト『健康マイレージ支援』」の一環です。

詳しくはリーフレットをご覧ください。リーフレットは全戸配布されるほか、公共施設や市内協力店、健康づくり課窓口で配布しています。

伊豆の国市歯つぴい健口委員会 委員を募集

歯とお口の中の健康づくりを普及

歯つぴい健口委員会（歯と口腔の健康づくり推進委員会）は、市民の皆さんがいつまでも自分の歯で食事ができ、健康に過ごせるように、歯とお口の中の健康づくりについて普及啓発活動を行っています。誰もがハッピーになるような活動を、一緒にしていただける人を募集します。

【任期】平成29年3月31日（2年間）まで

【活動内容】

- ・保育園や幼稚園、おでかけサロンなどで、健康と口の関係について紙芝居
- ・自作のパンフレットを使用し、歯や口の大切さについて、イベント会場などで普及啓発
- ・歯や口の健康と、全身の健康についての講演会

【募集人員】

5人程度

【申込期限】

5月18日（月）



イベントで紙芝居を読む委員さん

