

国保の方限定

小平診療所での **特 定 健 診** のご案内

小平町では、町民の皆さまに毎年1回の健診をお勧めしています。

こんな方は
ぜひ！

- ★総合健診の時期はいつも都合が悪くて受けられない
- ★総合健診の予約を入れていたのに欠席してしまった
- ★しばらく健診を受けていない

**保健
だより**

このページに関するお問い合わせは
保健福祉課健康づくり係へ
☎56-2111 内線 276・277

【内容・料金】

名 称	内 容	料 金
特定健診 (循環器健診)	・身体測定、腹囲測定 ・血圧測定 ・尿検査 ・心電図 ・血液検査（血糖値・コレステロール・尿酸・肝臓・腎臓・貧血の有無 などを調べます。） ・さらに、問診と医師の診察が受けられます。	無 料
特定健診 (眼底検査)	・留萌市内の医療機関で実施できるよう調整中です。申込時に詳細をお伝えします。	

- ※20～39歳の方は、心電図・眼底・貧血検査はありません。
- ※小平診療所での特定健診では、がん検診は行っていません。
- ※血液検査（採血）以外は、特に痛い検査はありません。

【対 象 者】 小平町国民健康保険に加入している20歳～74歳の方（健診当日の年齢）

※但し、平成29年4月1日以降に特定健診を受診している方は、対象外となります。

【定 員】 1日2名

【会 場】 小平町立小平診療所

【健診期間】 平成30年1月16日（火）～3月23日（金）

【実 施 日】 健診期間中の火・木・金曜日（祝日・休日等を除く）

【受付時間】 午前9時～午前10時30分 午後1時30分～午後3時

【申込期間】 平成29年12月1日（金）～平成30年3月16日（金）

※申込みが定員に達した場合、締め切りを早めることがあります。

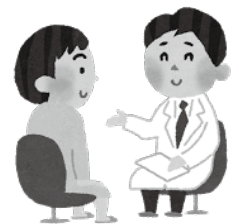
また、申し込みから受診まで、1週間ほどかかります。ご了承下さい。

【申し込み・問い合わせ先】…保健福祉課健康づくり係《☎56-2111（内線276・277）》

受診希望の日にちをお伺いし、後日必要書類をお送りします。

○2月には総合健診があります～詳しくは広報1月号でお知らせします○

日程・会場：平成30年2月27日（火）鬼鹿公民館 平成30年2月28日（水）小平町文化交流センター



冬でもウォーキングができるよう、施設の一部を無料開放します！

12月1日から平成30年3月30日まで、冬の健康づくりの場として下記の施設の一部を無料開放します。吹雪や路面がツルツルなど、屋外の運動が控え気味となるこの時期のウォーキングに、ぜひご利用下さい。（開放施設に予約利用者や事業等がある場合には利用できませんので、ご了承下さい。）

施設名	健康福祉センター	B&G海洋センター
開放施設	2階大会議室	体育館
と き	毎週月曜日～金曜日（祝日は除く）	火曜日・金曜日（祝日、休館日は除く）
時 間	午前9時～午後5時	午前9時～午前11時30分
服 装	運動しやすい服、靴を用意して下さい。	運動しやすい服でお越し下さい。 屋内で履ける運動靴を持参下さい。
その他	・暖房は入れていないため、見合った服装でお越しください。 ・運動中の事故については、利用者の責任にてお願いします。	・ノルディックウォーキングができます！ ・ノルディックウォーキング用のポールを3セット用意します（レンタル無料） ・ご自分で使用されているノルディックウォーキング用ポールをお持ちの方は、先端にゴム製の部品を取り付けて下さい。
担当係	保健福祉課健康づくり係（内線276・277）	海洋センター（59-1216）

※高齢者社会活動等参加ポイント事業の対象(1ポイント)ですので、担当係にカードをご提示下さい。