

# 特定健診のご案内

…年に1回は健診を受けましょう

初期の段階では自覚症状がほとんどない生活習慣病を、早期に発見するために大切なのが健診です。まだ、健診を受けられていない方は、この機会に健診を受けましょう。

# 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

【会 場】 小平町立小平診療所

【実施日】 月・木・金曜日（休日・祝日を除く）

【受付時間】 9時～11時30分、13時30分～16時30分

【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）

※小平町国民健康保険に加入していない方は、申し込みできません。社会保険やその他の保険にご加入の方は、加入されている保険者に直接ご確認ください。

【内容・料金】

	内 容	料 金
特定健診 (循環器健診)	身体測定・血圧測定・尿検査・血液検査・心電図・眼底検査の他に、 問診と診察があります。	無 料

【予約申込み・問い合わせ先】 役場保健福祉課健康づくり係

※予約制となっております。申し込まれた方には問診票等の必要書類を後日お送りします。

## ヘルシー料理教室 参加者募集!

生活習慣病の予防・改善のための食生活について、  
調理実習を通して楽しく学びませんか？  
皆様の参加をお待ちしております！

- 日 時 平成22年2月3日（水） 10時～13時
- 会 場 文化交流センター 調理創作室
- 内 容 講話・1食分の調理実習

ごはん  
切干大根と豚肉の中華炒め  
こんにゃくのみぞれ和えなめ草のせ  
ひじきと玉ねぎのサラダ



○持ち物 エプロン・手拭き・三角巾・筆記用具・お米 0.5 合

★参加を希望される方は、役場保健福祉課健康づくり係までお申込みください。

★申込み期限：1月27日（水）

※参加者が3名未満の場合は中止とします。