

高齢者の肺炎球菌感染症予防接種のお知らせ

平成30年度の定期接種対象者の人には、4月に予診票をお送りしています。まだ接種がお済みでなく希望される人は、下記の接種期間中に接種をしてください。なお予診票がお手元にない人は、保健センターまでご連絡ください。

期 間 平成31年3月30日（土）まで
 回 数 1回のみ *過去に接種した人は対象となりません。
 持ち物 予診票、自己負担金（4,000円）、健康手帳（お持ちの人）
 方 法 医療機関へは4日前までに予約してください。

年 齢	生年月日	年 齢	生年月日
65歳	昭和28年4月2日～昭和29年4月1日	85歳	昭和8年4月2日～昭和9年4月1日
70歳	昭和23年4月2日～昭和24年4月1日	90歳	昭和3年4月2日～昭和4年4月1日
75歳	昭和18年4月2日～昭和19年4月1日	95歳	大正12年4月2日～大正13年4月1日
80歳	昭和13年4月2日～昭和14年4月1日	100歳	大正7年4月2日～大正8年4月1日

がん検診日程追加のお知らせ

乳がん検診

乳がん検診の希望が多数あり、追加日を設けました。ただし、生年月日が下記の人に限りです。日程の変更を希望される人や、新規のお申し込みの人は保健センターへお問い合わせください。

実施日	受付時間	対象
12月12日（水）	9:00～9:30	昭和43年4月2日～昭和53年4月1日生まれの人
	13:00～13:30	

*上記の対象以外の方は、11月28日（水）午後、12月10日（月）午後に空きがあります。

大腸がん検診

大腸がん検診の追加日を設けましたので、希望される人は保健センターへお申込みください。検診票と採便キットを送付いたします。ただし、今年度に町で受診された人は対象外です。

実施日	受付時間	対象
11月12日（月）	8:30～11:30	昭和53年4月1日以前の生まれで、今年度、町の大腸がん検診を受けていない人

カロリーダウンで満腹ご飯会

今年のテーマは「メタボ予防」です。「最近お腹が出てきた」「中性脂肪の値が高い」「血糖値が高い」という人、食生活を見直してみませんか？バランスの良い食事や調理法を知ることによってメタボ予防をしましょう。

日 時 11月22日（木） 9:30～13:00（受付9:15～）
 場 所 保健センター
 内 容 講話・調理実習・昼食会
 持ち物 お米1/2合、エプロン、三角巾、手ふきタオル
 参加費・定員 無料（定員30人先着順）
 申 込 11月7日（水）までに保健センターへ電話にてお申し込みください

■ 保健センター ☎ 64-3775