

保健センターの各種検診は登録が必要です

検診名	内容	対象者 ※職場・病院などで検診を受ける機会のない下記の方
30歳代健診	身長・体重・腹囲測定、血圧測定、血液検査、尿検査、診察	30～39歳の方（昭和58年4月1日～平成5年4月1日生まれ） ※令和4年度中に30歳または35歳になる方には受診票を郵送します。申し込みは不要です。
結核・肺がん検診	問診、胸部X線撮影、喀痰細胞診（喫煙状況による）	40歳以上の方（昭和58年4月1日以前生まれ）
大腸がん検診	問診、便潜血検査（2日法）	
胃がん検診	問診、胃部X線検査	50歳以上の方（昭和48年4月1日以前生まれ）※40～49歳で検診を希望する方も受診できます。
子宮頸がん検診	問診、視診、内診、細胞診	20歳以上の女性（平成15年4月1日以前生まれ）※令和2年度に受診した方を除く。
乳がん検診	問診、乳房X線検査（マンモグラフィ）	40歳以上の女性（昭和58年4月1日以前生まれ）※令和2年度に受診した方を除く。
前立腺がん検診	問診、血液検査	50歳以上の男性（昭和48年4月1日以前生まれ）

※令和3年度中に検診の個別通知が届いた方と、市の検診を受診した方は、保健センターから各種検診の個別通知を発送します。ただし、すでに登録している方で、過去5年間（平成29～令和3年度）に1回も受診していない検診の個別通知は行いません。

※上記以外の方で、今後、市の検診の個別通知を希望する方は、3月31日（木）までに保健センターへ申し込みください。

※令和5年度から、国の方針により、結核、肺がん検診を除き、71歳以上の方への個別通知を行いません。希望する方は保健センターへご連絡ください。

問 保健センター（☎52010）

地域医療協議会 健康講演会

「泣き笑いストーマ物語 真山亜子の場合」

～ハイパー紙芝居と朗読「でんでんむしのかなしみ」～

作：新美南吉 絵：岡田潤

日時 3月13日（日）午後2時

場所 セラトピア土岐・3階大会議室

定員 72人（先着順）

申込 2月21日（月）から電話申込開始

（☎9350 平日午前8時30分～午後5時15分）

新型コロナウイルスの感染状況により、変更・中止することがあります。

問 保健センター（☎52010）

ときげんきサーキット教室

健康遊具の正しい使い方、歩行運動の仕方を一緒に学びましょう。

日時 3月13日（日）

▶第1部

午前10時30分～11時30分

▶第2部

午後1時30分～2時30分

場所 総合公園・児童広場

対象 20歳以上の方

定員 各部20人（先着順）

※定員になり次第受付終了

申・問 文化スポーツ課（内線351）

健康遊具のある公園はこちら

新たに設置する公園

2月25日から利用開始

高山公園（土岐津）

セラドンパーク追沢（土岐津）

平成公園（妻木）

南山公園（駄知）

榎公園（泉）

既に設置してある公園

土岐川河川公園（土岐津）

学園都市中央公園（土岐津）

笠神公園（肥田）

寺下公園（泉）

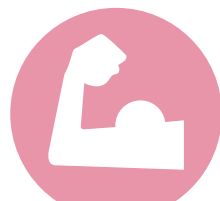
島田公園（泉）

泉が丘東公園（泉）

おりべの丘北公園（泉）

お近くの公園に行ってみましょう。

問 都市計画課（内線546）



運動習慣づくり



フレイル予防



食生活の改善



歯と口腔の健康づくり



疾病予防
重症化予防

ときげんきプロジェクト

info ヘルスアップ

公園で“気”軽に“楽”しく健康づくり

日常生活から気楽に健康維持ができるよう、市内の公園に健康遊具を設置しています。

総合公園児童広場には、健康遊具※と歩行運動を組み合わせた「ときげんきサーキット」の整備を進めています。

※健康遊具は大人用です。

ときげんきサーキット
2月25日～利用開始

