

【注意】

新型コロナウイルス感染症対策の影響により、各行事・健診などの内容が変更となる可能性があります。

スマートウエルネス

初心者向けノルディックウォーキング体験会について

毎月1回開催していた初心者向けノルディックウォーキング体験会について、新型コロナウイルス感染症対策の影響により、当面の間、開催を見合わせます。

閩健幸政策戦略室

お知らせ

【女性限定】骨粗鬆症検査

骨粗鬆症は50歳代から急増し、介護が必要となった人の原因のうちの1割を転倒・骨折が占めています。特に女性は男性の3倍の発症頻度といわれています。市では節目年齢の女性を対象に骨粗鬆症検診を実施しています。対象となる人は受診をして、自分の骨の状態を知りましょう。

時 5月27日、6月24日、7月29日、
8月26日、9月30日、10月28日、
11月25日、12月23日(水曜日)
午後0時30分～3時30分
※受付は午後1時20分まで

みしま健幸塾 5月の運動教室

みしま健幸塾では、認知動作型トレーニングマシンの利用、コミュニティスペースや多目的スペースでの交流のほか、ストレッチなどのイベントを開催しています。大腰筋トレーニングなどの体験定期運動教室を開催しますので、ご参加ください。※会員限定教室参加者には参加ポイント10P付与

申・閩みしま健幸塾(中央町1・40)

☎ 955・9651

日時	内容	対象
5月18日(月) 午後2時～	大腰筋トレーニングマシン体験教室	
5月21日(木) 午後2時～	初めてのノルディック教室	三島市民・在勤・在学
5月27日(水) 午後2時～	フレイル予防教室	
5月1日(金) 5月15日(金) 午前11時～	肩こり腰痛改善ストレッチ教室	みしまタニタくらぶ会員
5月11日(月) 5月25日(月) 午後2時～	チェアエクササイズ教室	

場メデイカルセンター

(南本町4・31)

内問診、骨密度測定、医師などによる指導

対 令和2年4月1日～令和3年3月31日の間に40・45・50・55・60・65・70歳になる女性

定 各日先着40人(予約制)

申・閩開催日の1週間前までに健康づくり課

※新型コロナウイルス感染症対策の影響により、実施日、実施内容などが変更になる可能性があります。

妊婦歯科健康診査が始まります

令和2年5月1日から妊婦に対する歯科健康診査がはじまります。妊娠中はつわりや不規則な食生活により、歯肉炎や歯周病、むし歯になりやすいため、歯科健診を受けましょう。

場市指定の歯科医院

※対象者に郵送される通知に健診場所の案内あり

費 500円

対市に住民票のある妊婦

持母子健康手帳別冊につづられている妊婦歯科健康診査票

※令和2年3月までに母子健康手帳の交付を受けた人に受診

票を郵送(マタニティセミナー)で歯科健診を受けた人を除く)

申 歯科医院へ直接
閩 健康づくり課

【凡例】

時とき・場場所・内内容・講講師・費費用（記載なしは無料）・対対象・定定員
持持ち物・注注意事項・申申込み（記載なしは不要）・問問合せ

Pick Up!!

特定健診・がん検診
5月1日(金)からの開始見合わせ

新型コロナウイルス感染症対策の影響により、5月からの健診を見合わせています。開始が決定次第、受診カードを郵送します。市ホームページも併せてご覧ください。

■特定健診・健康診査について

国民健康保険以外の健康保険(全国健康保険協会・健康保険組合・共済組合など)加入者は各保険者が実施。職場や保険組合などにお問い合わせください。

■がん検診について

がん検診は、国民健康保険や後期高齢者医療制度以外の健康保険に加入している人も受診できます。市の検診では毎年100人を超える人のがんが発見されていますので、自分の体をチェックしましょう。

■各医療機関へ直接

※送付される通知に申込み方法の案内あり

問健康づくり課

健診科目	対象 ※令和3年 3月31日時点の年齢	費用		
		69歳以下	70歳以上	
特定健診・健康診査 (年度末年齢が35・40歳 の人は自己負担金免除)	国民健康保険35歳以上の被保険者・後期高齢者医療制度の被保険者	1,500円	500円	
肺がん検診	40歳以上	1,000円	500円	
胃がん 個別検診	40歳以上	2,000円	500円	
検診 集団検診	35歳以上	500円	無料	
大腸がん検診	40歳以上	500円	500円	
前立腺がん検診	50歳以上の男性(検査値により異なる※)	1,000円	200円	
乳がん検診 (隔年受診)	40~50歳の女性(マンモグラフィ2方向)	1,500円	-	
	51歳以上の女性(マンモグラフィ1方向)	1,200円	500円	
子宮がん検診 (隔年受診)	20歳以上の女性	頸がん検診のみ	1,000円	500円
		体部細胞診も受診(医師が判断)	1,500円	1,000円
肝炎ウイルス検査	40歳以上で過去に検査を受けたことのない人	1,200円	無料	

※前立腺がん検診：平成30年度・令和元年度に受診し、検診結果のPSA値が1.0ng/ml以下の人は、3年に1度の検診。送付状・健診受診カード(受診資格欄)で確認してください。PSA値に影響がある薬(アボルプカプセル、プロペシア錠など)を内服している人は、検査できませんので、医療機関にお伝えください。

歯周病検診を受けましょう

歯周病は初期の自覚症状が乏しく、40歳以降で進行により歯を失う人が増加します。歯や口腔の健康づくりのために、歯周病検診を受けましょう。

時 5月1日(金)~12月21日(月)

場 検診実施医療機関55箇所

内 歯周病やむし歯などの口腔内

全般の診査

費 500円(70歳の人は無料)

対 令和2年3月31日時点で40・

45・47・50・52・55・58・

60・65・70歳の人

※対象者全員に案内を送付

申 受診を希望する医療機関へ直接

持 歯周病検診受診券

※紛失時は健康づくり課窓口で

再交付

問 健康づくり課

成人男性を対象に風しんの抗体検査・予防接種を実施します

対象の男性は、原則無料で風しんの抗体検査と予防接種を受

けられます。令和2年度は生年

月日が昭和37年4月2日から昭

和47年4月1日までの男性に案

内(クーポン券)を送付します。

時 令和4年3月31日(木)まで

※令和元年度にクーポン券を受

領した人は令和3年3月31日

(水)まで

場 市指定の医療機関・健診機関

内 医療機関や健診機関で抗体検査を受け、抗体価が低いと判

定された場合は麻しん風しん

混合(MR)ワクチンを接種

対 昭和37年4月2日~昭和54年

4月1日生まれの男性

申 医療機関・健診機関へ直接

注 体調などにより予防接種を受

けられない場合は実費負担。

クーパー券紛失時は健康づく

り課窓口で再交付

問健康づくり課

お酒の悩み相談

「お酒について相談したい」

「お酒がやめられない」「アル

コール専門病院はどこか？」な

ど、お酒について、三島断酒会

員がアルコールによる悩みや相

談に応じます。

時 原則毎月第1火曜日

午前10時~正午

※日程は変更あり。日程の調整

も可能ですのでご相談くださ

い。

申 場保健センター

問 前日までに健康づくり課