

くらしの情報

イベント情報や各種講演会など、市役所からの大切なお知らせです。詳細については、各お問い合わせ先へご確認ください。

市役所 総合案内 TEL 974-3111 FAX 973-9819

健康支援課 ☎973-3209

① **健康Life JOYBEAT教室のご案内**

映像を見ながら有酸素運動を中心に楽しく運動を行う教室です。運動初心者の方でも親しみやすい内容になっております。気軽にご参加ください。

【日時】9月8日(金)～10月27日(金)
午前10時～11時30分
※毎週金曜日 計8回

【場所】健康福祉センター うるみん

【対象】市内在住の方

【定員】40名 【参加料】無料

【申込方法】お電話にてお申込み。

【申込先】健康支援課 保健事業係 ☎973-4960



② 9月の集団健診のご案内

9月は食欲の秋です。食べることと同じくらい、健診も大切なことです。ご都合のいい日程を選んで、是非ともご受診ください。

【対象】①40歳以上の国保加入者

②後期高齢者医療保険加入者

③市内在住の19歳～39歳の方

※生活保護世帯は19歳以上

【持参するもの】

①40歳以上国保加入者

・被保険者証(特定健診受診券)・体型

がん検診はがき

②後期高齢医療保険加入者

・被保険者証 ・長寿健診受診券

がん検診はがき

③市内在住の19歳以上39歳の方

(生活保護世帯含む)

・生活習慣病予防健診はがき

【問】健康支援課 ☎973-4960

【9月の集団健診日程表】

月	日	曜日	場所	対象区
9	1	金	与那城地区公民館	屋慶名
	8	金	南風原公民館	南風原
	19	火	平敷屋公民館	平敷屋
	20	水	饒辺公民館	饒辺
	23	土	健康福祉センター うるみん	市内全域
	24	日		
	26	火	米原公民館	米原
	28	木	大田公民館	大田
	29	金	伊計公民館	伊計

【受付時間】午前8時30分～11時まで

【申込方法】当日受付

※対象行政区外に居住している方も受診可能です。

③ 9月の乳がん検診のご案内

乳がん検診や子宮頸がん検診を公民館等で受診することができま。集団検診は個別検診よりも割安で受診可能です。婦人がん検診を受診していない方は、この機会に是非検診を受けましょう。

【対象者】

子宮頸がん・・・20歳以上のうるま市に住民票のある女性

乳がん・・・40歳以上で今年度偶数年

齢のうるま市に住民票のある女性

【持ち物】

・婦人がん検診受診券(ハガキ)

・健康保険証またはその他の身分証

※婦人がん検診の受診券(ハガキ)は、5

月下旬に郵送しました。紛失した方は

健康支援課までお問合せください。

※今年度より、乳がん検診はマンモグラ

フィー検査のみとなり、視触診が廃

止になりました。ご了承ください。

【問】健康支援課 ☎973-3209

【9月の乳がん検診日程表】

月	日	曜日	場所	対象区
9	11	月	平安名公民館	平安名・内間
	15	金	石川保健相談センター	伊波・東恩納 県営石川団地
	27	水	宮里公民館	宮里・志林川

【受付時間】午後1時30分～2時30分まで

【申込方法】当日受付

※対象行政区外に居住している方も受診可能です。

平成29年度 第4回

みんなの健康ささえ隊 市民健康講座

糖尿病から腎移植まで 腎臓を守れるのはあなただけ!

腎臓の役割や、慢性腎臓病(CKD)という言葉を知っていますか?腎臓の働きが悪くなった状態も含めてCKDと呼びます。CKDの原因にはさまざまなものがありますが、その中で最も多いのが糖尿病と高血圧です。生活習慣の乱れや生活習慣病が、知らないうちに腎臓に悪影響を与えます。今回の講演会では、3人の医師から「糖尿病で腎臓が悪くなる?」「透析ってどんな治療?」「腎移植って大変?」とのテーマでお話いただきます。この機会に、腎臓の働きやその大切さを、一緒に学んでみませんか?

【日時】8月27日(日)午後2時～4時
(受付:午後1時30分～)

【場所】健康福祉センターうるみん 3階ホール

【対象】市民及び市内在勤者

【定員】200名 【入場料】無料

【申込期限】8月25日(金)※定員に達し次第締め切ります

【申込方法】電話または窓口にて申込み

【申込先/問】健康支援課 ☎973-3209