

平成29年



# 町の保健だより

健康保険課 健康長寿班  
連絡先（内線 131～135）

## 【各種がん検診の精密検査料助成期限は3月末までです】

今年度、町のがん検診を受け、精密検査の対象になった方は受診されましたか。

精密検査料の一部を町で助成しています(上限 8,000 円)。初回受診から結果がわかるまでの検査等が対象となります。まだ申請していない方は期限が迫っております。早めに健康保険課までおいでください。



- 申請に必要なもの ①領収書  
②診療明細書  
③振込用通帳(受診した方本人名義のもの)  
④印鑑(認め印)
- 申請期限：3月31日(金)
- 申請先：健康保険課 健康長寿班 ⑥窓口

## 【健康運動教室】

• 日にち：3月7日(火)、16日(木)、23日(木)  
27日(月)、30日(木)

• 場 所：鶴遊館(申し込み不要)

• 時 間：午前10時～11時

\*運動できる服装でおいでください。

☆運動の習慣は、認知症を始めとし、高血圧、糖尿病など生活習慣病に効果があるとされています。



## 【「傾聴サロン」誰かに話を聞いてほしい時はありませんか】

気持ちが沈んでいるとき、誰かに話を聞いてもらいたいときなどありませんか？

鶴田町傾聴ボランティア養成講座修了生による「つるりんの会」が、あなたのお話を聴きます。

お話した内容の秘密は厳守します。

• 日時：3月6日(月) 午後1時～3時

• 場所：鶴遊館 栄養指導室



## 〈調理教室のお知らせ〉

• 日にち：3月9日(木) 午前9時30分～午後1時

• 場 所：鶴遊館 調理室

• テーマ：「野菜たくさん、おいしく減塩」

• 参加費：200円(当日いただきます)

• 持ってくるもの：エプロン、三角巾、手ふきタオル

★申し込みは3月7日(火)まで(先着20名までです)



## 【個別婦人健診は3月末で終わります】

★今年度初めて「個別婦人健診」を実施しました。12月から2月末までに子宮がん・乳がん健診ともに30名ほどの方が申し込みされました。対象者の方(年齢に注意)で今年度の集団の婦人健診を受けることができなかった方は申し込むことができます。また、もしがんの精密検査が必要となった場合は、町のがん精密検査料助成の対象となりますが、そちらも3月31日で締め切ります。

ご希望の方はお早めにお申し込みください。来年度も集団の婦人健診終了後に実施する予定です。

