

HP

はこだて市民健幸大学2024

5/1スタート！100万歩チャレンジ

はこだて健幸アプリ「Hakobit」を活用したウォーキングイベント『100万歩チャレンジ』をスタートします。



目指せ！5か月間で100万歩！！ はこだて市民健幸大学
詳しくは、公式HPをご覧ください。

※ アプリでの参加ではなく、歩数管理カードでの参加の方は事務局までお問合せください。



開催期間 5月1日(水)～9月30日(月)

お問合せ はこだて市民健幸大学実行委員会事務局
(健康増進課内) ☎85-6561



HP

“ベジプラ！楽うまレシピ”コンテスト

あなたが考えたおすすめの野菜料理を募集します！
テーマは

「野菜をメインに使い、簡単な調理でできる料理」

受賞者には賞品（商品券）を贈呈！また、応募者には、はこだて健幸アプリ「Hakobit」のポイントをプレゼント！
ぜひ、おすすめレシピを応募ください。

募集期間 令和6年6月30日(日)まで

応募資格 函館市内にお住まいの18歳以上の方（プロ、アマ、個人、グループ不問）

応募方法 HP「はこだて健康ナビ」の専用フォームからまたは、応募用紙を健康増進課に提出

※ 詳しくは、はこだて市民健幸大学HP「はこだて健康ナビ」をご覧ください。

お問合せ 健康増進課 ☎32-1515



特定健診

6月から今年度の健診が始まります。

対象者には5月下旬に**無料受診券**を送付します。

4月2日以降に国保に加入した方はお問合せください。

日時・会場は、本紙6月号に折り込む「けんしんのご案内（保存版）」でお知らせします。

対象

▷**函館市国民健康保険**に加入し、今年度中に40歳になる方から74歳までの方

※ 40歳・45歳・50歳・55歳となる方には、通常有料の心機能・胃がんリスク・糖尿病性腎症のオプション検査が無料になる**クーポン券**が受診券についています。

▷**後期高齢者医療制度**の加入者

お問合せ 国保年金課 ☎32-2215

HP

日本脳炎の定期予防接種

日本脳炎の予防接種は生年月日で接種時期が異なります。

予防接種予診票は実施医療機関または総合保健センターで配布しますので、母子健康手帳を持参してください。実施医療機関は市のHPに掲載しています。

平成21年10月2日以降に生まれた方

▷第1期＝生後6か月～7歳6か月になる前日までの間に3回接種

▷第2期＝9歳～13歳になる前日までの間に1回接種

平成19年4月1日以前に生まれた方

▷20歳になる前日までの間に4回接種

接種費用 無料（対象年齢を外れた方は有料）

お問合せ 母子保健課 ☎32-1533

HP

骨髄バンクドナー助成事業をはじめました

公益財団法人日本骨髄バンクが実施する骨髄バンク事業において、骨髄または末梢血幹細胞を提供した方（骨髄等の提供に関する最終同意を行った後に、提供が中止となった方を含む。）に対し、函館市骨髄バンクドナー助成金を交付します。

助成の対象となる方の条件など、詳しくは市立函館保健所地域保健課（32-1513）または市のHPでご確認ください。