

胃・肺・大腸がん集団検診

日程・会場は、本紙6月号に折り込みの「けんしんのご案内（保存版）」をご覧ください。

▷胃がん検診<<予約制>>

対象・料金 35歳以上の市民 1,000円

▷肺がん検診<<予約不要>>

対象・料金 40歳以上の市民 100円
(喀痰検査あり 600円)

▷大腸がん検診<<予約制>>

対象・料金 40歳以上の市民 500円

※ 健康保険被保険者証兼高齢受給者証・非課税証明書の提出等により無料になる場合があります。

お申込み・問合せ

函館市医師会健診検査センター ☎85-6006

特定健診の受診について

対象者

- ▷函館市国民健康保険加入の40歳～74歳の方
- ▷後期高齢者医療制度の加入者

※ 受診の際は、**受診券**と**健康保険証**を持参ください。
※ 12月以降の日程・会場、指定医療機関での受診は「けんしんのご案内（保存版）」をご覧ください。

◆けんしん日程表（11月分）

会場	実施日(曜日)	受付時間	特定健診	胃がん (バリウム X線撮影)	肺がん・ 大腸がん
医師会健診検査センター (田家町5番16号) ※祝日除く	毎週月曜日	13:00～15:00	○		○
	毎週水曜日	8:30～10:30	○	○	○
	毎週金曜日	8:30～10:30	○	○	○
	11月5日(日)	8:30～10:30	○	○	○
	11月14日(火)	17:30～19:00	○		○
	11月25日(土)	8:30～10:30	○	○	○
本通中央会館	11月2日(休)	7:00～8:30	○	○	○
湯川支所	11月6日(月)	8:30～10:30	○	○	○
百寿会館	11月7日(火)	8:30～10:00	○	○	○
函館自由市場	11月7日(火)	14:00～15:00	○		○
花園団地集会所	11月13日(月)	9:30～11:00	○	○	○

お問合せ 国保年金課 ☎32-2215

～65歳からの健康づくり～
「介護予防のためのスマホ教室」

寒くなると自宅にこもりがちとなり、心身の活力が低下したと感じることはありませんか？ お持ちのスマートフォンを活用した自宅でできる介護予防活動について学んでみませんか？

対象者 65歳以上の方（要介護・要支援認定者および事業対象者除く）でスマートフォンをお持ちの方。

日時 11月21日(火) 午後0時45分～2時45分
(受付午後0時15分)

会場・定員 Gスクエア・20人

内容 介護予防講話・脳力トレーニング・筋力トレーニング・スマートフォンを活用したホームエクササイズの紹介など

申込方法 電話による申込み（申込順）

申込期間 11月1日(水)～10日(金) 午前8時45分～午後5時半（定員になり次第締切）

お申込み・問合せ 高齢福祉課 ☎21-3082



冬に流行する感染症に気をつけましょう!!

空気が乾燥し、気温の低くなる『冬』は、新型コロナウイルス感染症のほか、インフルエンザやノロウイルス等による感染性胃腸炎など、様々な感染症が流行する時期です。

基本的な感染対策を継続し、体調が悪いときには仕事や学校を休むなど、「感染症にかからない」「感染を上げない」よう気をつけましょう。

基本的な感染対策

- 手洗い等の手指衛生
- 咳エチケット
- 換気
- 免疫力を高める規則正しい生活とバランスの良い食事

新型コロナウイルス感染症の医療費について

10月1日から新型コロナウイルス感染症の治療に関する補助が変更となりました。詳しくは、市HPをご確認ください。

お問合せ 保健予防課 ☎32-1539



歯・口腔の健康づくり8020推進週間

北海道では歯・口腔の健康づくり8020推進条例を制定し、11月8日（いい歯の日）から14日を、「8020運動」（80歳で歯を20本以上維持する）の啓発、推進週間としています。

これは、子どもの頃や若いうちからのむし歯・歯周病予防により、生涯にわたって自分の歯で何でもおいしく食べて、いきいきと健康に過ごすための歯の健康づくり運動です。

パネル展

期間 11月8日(水)～14日(火)

会場 総合保健センター

内容 歯と口の健康に関するパネル展示、パンフレット配布

お問合せ 健康増進課 ☎32-1515