

**検体を回収します**

- ・大腸がん集団検診
- ・肺がん(喀痰)検診

6月から7月にかけて実施した大腸がん集団検診と肺がん(喀痰)検診において、まだ容器を提出していない方で検査を希望する方は、左記のとおり回収しますのでご利用ください。

**と き**

9月20日(金)

午前8時30分～10時30分

**提出場所**

健康づくりセンター「プ  
ラム」

**検査料金**

- ・大腸がん検診

40歳～74歳 400円

75歳以上 200円

- ・肺がん(喀痰)検診

6月または7月のお申込

の際に、検査料金は集金  
済みです。

**検体有効期間**

- ・大腸がん検診

9月18日(水)～20日(金)

の採便のみ有効

- ・肺がん(喀痰)検診

9月11日(水)～20日(金)

の喀痰のみ有効

**申問健康ごども課健康づくり班**

☎(82)3400

**参加者募集**

**「健康講座」**

調理実習を通して、生活習慣病予防について楽しく学んでみませんか。

**第3回**

**と き**

10月1日(火)午前10時～

**内 容**

○生涯骨太クッキング

- ・ 鮭チーズごはん
- ・ 野菜とチーズの油揚げ巻き
- ・ 豆腐とわかめのみそ汁
- ・ ほうじ茶プリン

**第4回**

**と き**

10月24日(木)午前10時～

**内 容**

○野菜をたくさん使った料理

- ・ しょうがふりかけご飯
- ・ 野菜たっぷり彩り肉巻き
- ・ 蒸し野菜添え
- ・ キュウリたっぷりさつぱりポン酢

・ 一口キュウリ

・ きのこのすまし汁

・ 果物

**《各回の共通事項》**

**と ころ**

健康づくりセンター「プ  
ラム」

**対 象**

町内在住の方

**定 員**

先着20人

参加費 300円

**申込期限**

9月19日(木)

**持ち物**

エプロン、三角きん、筆  
記用具

**主 催**

町食生活改善協議会

☎(82)3400

**第3期受講生募集**

**「水中ウォーキング教室」**

水の特性を活かし、さまざまな歩き方で体を動かし、ゆつくり全身運動を行います。プールに入ったことがない方や運動が苦手な方も、楽しく運動することができます。

また、生活習慣病予防にも効果的な運動ですので、

ぜひご参加ください。

**と き**

10月2日(水)～

12月4日(水)

毎週水曜日(全10回)

午前10時～11時

**と ころ**

光B&G海洋センター  
プール

**対 象**

町内在住で国民健康保険  
に加入している40歳以上  
の方

**定 員**

10人

※原則として毎回参加でき  
る見込みの方が対象

※後期高齢者医療制度に加  
入している方

参加費 新規の方のみ無料

申込方法 住民課国保年金班へ電話  
でお申込ください。

☎(84)1214

申問 住民課国保年金班

就学時健康診断を行  
います

令和2年度に町内の小学

校へ入学予定のお子さんの  
就学時健康診断を行います。  
後日、該当するご家庭に  
は案内を送付します。

不明な点は教育課へお問  
い合わせください。

☎(84)4116

問 教育課総務班

とき	ところ	対象児童	受付時間	各小学校 受付場所
10月4日(金)	横芝小学校	横芝小学校区 大総小学校区	午後1時00分～1時25分	体育館
10月17日(木)	白浜小学校	白浜小学校区	午後1時30分～1時40分	児童昇降口
10月18日(金)	上堺小学校	上堺小学校区	午後1時40分～1時55分	児童昇降口
10月25日(金)	日吉小学校	日吉小学校区	午後1時10分～1時20分	児童昇降口
11月11日(月)	東陽小学校	南条小学校区 東陽小学校区	午後1時30分～1時50分	体育館