



すこやか

～「すこやか生活」たかはぎFMで放送中～

毎月第2・4火曜日の12:00～13:00の間に放送している番組「すこやか生活」で、健康づくりに関する情報をお届けしています。今月は「児童虐待防止について」の放送を行います。ぜひお聞かせください！



健康診査のお知らせ 年に1度は健康診査を受けましょう！

対象者 (令和3.3.31現在)	健診内容	料金	健診日程	会場	申込方法
19歳～39歳	・生活習慣病問診 ・身体、腹囲測定、BMI判定 ・血圧測定 ・尿中の糖および蛋白検査 ・血液検査	1,000円	12月11日(金) 12月12日(土)	リーベロたかはぎ	- 健康づくり課へ電話(☎24-2121) - 健康づくり課窓口 - インターネット(いばらき電子申請届出サービス)
生活保護を受給されている40歳以上の市民	・中性脂肪 ・HDL コレステロールおよびLDL コレステロールの測定 ・糖の検査(HbA1c) ・肝機能検査(AST、ALT)	無料	令和3年 1月20日(水) 1月21日(木) 2月3日(水) 2月15日(月)		
社会保険に加入されている65歳～74歳の人	胸部レントゲン撮影 ※基本健診は各保険者から発行される受診券が必要となります。	無料	受付時間は予約時にお伝えします。		
社会保険に加入されている人(被扶養者・任意継続者)	・基本健診(健診内容・料金など、詳細は保険者にお問合せください) ・胸部レントゲン撮影	胸部レントゲン撮影 40歳～64歳:400円 65歳以上:無料	12月12日(土) 11:00～11:30 15:00～15:30 令和3年 1月21日(木) 11:00～11:30 2月3日(水) 15:00～15:30		各保険者にお問い合わせの上、市の健診会場で受診が可能な場合は、健康づくり課窓口へお越しください。「健診受診予約票」を発行します。

※このほか詳細については市ホームページをご確認いただくか、健康づくり課へお問合せください。

11月・12月の行事

会場：総合福祉センター 予約先：健康づくり課 ☎24-2121
※会場については、変更になる場合があります。

行事内容	実施日	時間	対象者
すくすくサロン	11月10日(火)	10:15～11:45	3か月～1歳未満のお子さんと保護者(*予約制)
こころの相談(精神科医の相談)	11月11日(水)	13:00～14:30	市内在住の希望者(*予約制)
健康相談	11月13日(金)	8:45～11:00	市内在住の希望者
すくすく助産師相談	11月17日(火)	9:15～12:10	妊婦および1歳未満のお子さんと保護者(*予約制)
2歳児歯科健診	11月18日(水)	12:30～16:00 (受付13:15～14:25)	平成30年7月・8月・9月生まれのお子さん
赤ちゃん教室	11月19日(木)	10:00～11:30 (受付9:45～10:15)	1歳までのお子さんと保護者
赤ちゃん教室	11月20日(金)	10:00～11:30 (受付9:45～10:15)	1歳までのお子さんと保護者
すくすくサロン	11月24日(火)	10:15～11:45	3か月～1歳未満のお子さんと保護者(*予約制)
健康・歯科相談	11月30日(月)	8:45～11:00	市内在住の希望者(*歯科相談のみ予約制)
すくすくサロン	12月1日(火)	10:15～11:45	3か月～1歳未満のお子さんと保護者(*予約制)
1歳6か月児健診	12月2日(水)	12:30～16:00 (受付13:45～13:55)	平成31年3月・4月、令和元年5月生まれのお子さん

※幼児健診については個人通知しますので、日程・会場などをご確認ください。