

前立腺がん検診・肝炎ウイルス検査

特定健診や後期高齢者健康診査と一緒に受けることができます。ただし、市特定健診等の集団健診会場で前立腺がん検診・肝炎ウイルス検査のみを単独で受診することはできません。

実施期間	6月2日(月)～12月31日(水)まで (人間ドックと同時に受ける場合は、実施期間外であっても人間ドック受診日に実施)
実施場所	集団健診で市特定健診と同時に受ける場合 →P. 16をご覧ください 市内医療機関で受ける場合 →P. 14の実施医療機関一覧をご覧ください

《問い合わせ先》 健康づくり推進課 ☎0869-24-8031

おたっしゃ健診

おたっしゃ健診は、年齢を重ねると低下していく筋力等を確認する健診(体力測定)です。自分の状態を数値で確認できます。いつまでも元気に過ごすためにも今の状態を確認しましょう。

日 時	受付時間	会 場	備 考
6月2日(月)	10:00～11:00	牛窓町公民館 鹿忍分館	内容 ◆体力測定のみ ※上履き必要 会場 特定健診・後期高齢者健診と同じ
	14:00～15:00	牛窓町公民館 長浜分館	内容 ◆体力測定のみ ※上履き必要 会場 特定健診・後期高齢者健診と同じ
6月5日(木)	10:00～11:00	牛窓町公民館 (牛窓支所隣)	内容 ◆体力測定のみ 会場 特定健診・後期高齢者健診と同じ
	14:00～15:00	牛窓町公民館 牛窓分館 (海遊文化館隣)	内容 ◆体力測定のみ 会場 特定健診・後期高齢者健診と同じ
6月17日(火)	10:00～11:00	裳掛コミュニティセンター	内容 ◆体力測定のみ ※上履き必要 会場 特定健診・後期高齢者健診と同じ
10月29日(水) 【要予約】 定員15人	受付9:15～ 健診9:30～11:30	ゆめトピア長船 (健康スタジオ)	内容 ◆体力測定 ★口の機能チェック/筋力アップ体操紹介
10月30日(木) 【要予約】 定員15人	受付9:15～ 健診9:30～11:30	瀬戸内市総合福祉センター (瀬戸内市民病院南隣)	内容 ◆体力測定 ★口の機能チェック/筋力アップ体操紹介

健診の内容

料金：無料

◆体力測定 《全ての会場で実施》

脚力・握力・開眼片足立ち・つぎ足歩行・5m最大歩行・タイムアップ&ゴー・長座体前屈(柔軟性)

★口の機能チェック【嚙む機能チェック】 《10月の会場のみ実施》

★自宅でできる筋力アップ体操の紹介 《10月の会場のみ実施》

※10月実施の回は、【予約申込】が必要です！

予約受付開始日 10月1日(水) 8:30 受付開始

予 約 方 法 いきいき長寿課 ☎(0869)24-8869 へ電話する
各回15名になりましたら、申し込みを締め切ります。



《問い合わせ先》 いきいき長寿課 ☎0869-24-8869