

がん検診を受けましょう

新型コロナ感染拡大による受診控えが増えたことで、がんの早期発見が遅れています。
がんの発見には定期的な受診が大切です。

と き	ところ
令和 4 年 2 月 5 日(土) ◆	労働福祉会館
令和 4 年 2 月 20 日(日)	高泉市営 A 棟集会所

◆…国保の集団健診、後期高齢者健診と合同実施
詳しくは、保険年金課 (☎41-2606) へ

⚠ 新型コロナの影響で、中止や
延期となる場合があります。

▶検診項目 胃・肺・大腸・子宮頸^{けい}・乳

▶対 象 子宮頸がんは20歳以上、その他のがん
は40歳以上の市民

■申込み・問合せ 福祉課 健康対策担当 (☎41-2668)

400ミリットル献血にご協力ください

新型コロナの影響で、献血への協力者が減っています。病気やけがで輸血を必要としている患者さんに安定的に血液を届けるために、皆さんの協力をお願いします。

服薬等により
献血ができない
場合もあります

と き	ところ
12月 12日(日)、26日(日)	10:30~12:00、13:15~16:00 イオンモール大牟田

▶対 象 男性は17歳~69歳、女性は18歳~69歳。
いずれも体重50キログラム以上の人
※65歳以上は、60~64歳に献血経験のある人。

▶持ってくる物 献血カードもしくは本人確認がで
きるもの(運転免許証、健康保険証など)

▶注 意 風邪等症状のある人は参加を控えて
ください。マスク着用等咳エチケットに協力
をお願いします。

■問合せ 福祉課 障害福祉担当 (☎41-2663)

男性のための排便トラブル予防教室

男性向けの教室です。気持ちの良い毎日を送るためにお通じは重要です。お通じの話と、便秘・便失禁予防の体操を行います。

▶と き 12月17日(金) 午後2時~4時
(1時30分開場)

▶ところ 大牟田市役所 職員会館3階

▶定 員 先着20人(要事前申込)

■申込み・問合せ 12月3日(金)から福祉課
総合相談担当 (☎41-2672) へ

第59回大牟田市民健康マラソン大会

▶と き 令和4年1月16日(日) 午前9時~開会式
※雨天時は、23日(日)に延期

▶ところ 御大典記念グラウンド

▶内 容 各部門1.5 km、1.9 km

▶対 象 市内居住または通勤・通学者

■申込み・問合せ 12月3日(金)から市民体育館
(☎53-6003) へ (当日申込不可)



健康診査を受けましょう

⚠ 新型コロナの影響で、中止や延期となる場合があります。

コロナ禍で健診を控えていませんか？

ずっと元気であるためには定期的な健康チェックが重要です。早めに予約しましょう。

<集団健診の日程>

実施日	会 場	申込期限
令和4年2月5日(土)	労働福祉会館	令和4年1月11日(火)

※定員になり次第締め切ります。

※がん検診と同時開催です。「健診のみ」「がん検診のみ」の申込みもできます。

▶ **対 象** 国保に加入している20～74歳の市民、後期高齢者医療制度に加入している市民
※今年度、すでに健康診査を受けた人や国保人間ドックを受ける(た)人は対象外です。

▶ **申込み** 申込期限までに電子申請または電話で保険年金課へ

電子申請はこちら→



▶ **受診に必要なもの** 受診券、保険証（国保・後期）、自己負担金（500円）

■ **問合せ** 保険年金課（☎41-2606）

一口メモ

＼「お薬手帳」を活用しましょう！／

お薬をもらいすぎていませんか？

一度に多くの種類の薬を飲むことで、効き目が強くなりすぎたり、副作用が出やすくなったりすることがあります。同じ効能の薬が他の医療機関で重複して処方されないように、お薬手帳は1人1冊にまとめましょう。医師や薬剤師が現在の服薬状況を確認でき、薬の重複や飲み合わせなどもチェックすることができます。



新春スポーツ教室に参加しませんか

● 令和4年1月11日～3月15日の毎週火曜日に、各教室、全10回を開催します

参加費2,000円を添えて申し込んでください。申込みは、12月6日(月)～13日(月)の午前9時～午後8時に市民体育館で受け付けます。各教室とも、先着順です。 ※電話での申し込みはできません。

■ **申込み・問合せ** 市民体育館（☎53-6003）

教室名	時 間	と ころ	対 象	内 容
太極拳教室	10:00～12:00	市民体育館アリーナ	50人	全身の血液と気の流れを良くし、疲れた体を癒し、姿勢を改善します
にこにこ体操教室	13:00～15:00	市民体育館剣道室	40人	体力を増進し、体・心・脳にいい体操と健康づくりができる教室です
テニス教室	19:00～21:00	市民体育館アリーナ	30人 (高校生以上)	基礎的な技術の習得を目的とした、硬式テニスの教室です
健美操教室	10:00～12:00	第二市民体育館	50人	呼吸と五臓六腑、精神を整える教室です