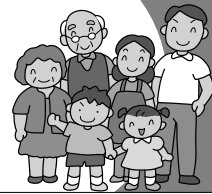


健康だより



～集団健診 2 月日程～

問合せ先 ●健康増進課（佐野市保健センター）☎(24) 5770

健診日	健診名	会場	受付時間	特定健診	胃	肺(結核)	大腸	子宮	乳	前立腺	肝炎ウイルス
8日(水)	はやおき	佐野市民病院	午前7時30分～8時	○	○	○	○	×	×	○	○
22日(水)				○	○	○	○	×	×	○	○

※1月25日(水)の検診も予約ができます(定員になり次第受け付けを締め切ります)

○はやおき健診は予約制で、定員は20人です

【予約受付電話】

○☎(24)5770・☎(24)5811 健康増進課です。平日の午前8時30分～午後5時まで受け付けします

予約受付電話のかけ間違いのないように、もう一度確認をしてからおかけください

○医療機関で受ける方は、受診券に同封される医療機関一覧表を参考にしてください

○健康診査は、年度内に1回しかできません。重複受診には十分注意してください

特定健診は1月31日(火)まで、がん検診は3月31日(土)まで受診できます。

※特定健診は、間もなく終了しますのでお早めに受診をするようお願いいたします

1月～2月は「はたちの献血」キャンペーン月間です

冬場から春先にかけては、年間で最も輸血用血液が不足しがちです。また、少子高齢化により、今、健康で若い皆さんの一層の献血への協力が求められています。

新成人の皆さん、「はたちの記念」に献血に行きましょう。キャンペーン期間中、新成人の皆さんをはじめ、幅広い世代の方々のご協力をお待ちしています。

○期間 2月29日(水)まで

○献血会場 栃木県赤十字血液センター、うつのみや大通り献血ルーム、佐野市の移動献血会場

※献血バスによる移動献血の予定については、栃木県赤十字血液センターのホームページをご覧ください

○献血のできる方

- ・16歳～69歳までの健康な方
(65歳以上の献血については、60歳～64歳の間に献血経験がある方)
- ・1980年～96年までの間に通算1カ月(31日)以上のイギリス滞在歴のない方
- ・海外から帰国後4週間が経過している方

■問合せ 健康増進課☎(24)5770



栄養教室を開催します

2月のテーマは「おいしくエネルギーダウン」、脂質異常症予防・改善です。脂質異常症(中性脂肪値や悪玉コレステロール値が高くなりドロドロ血液になる状態)は、動脈硬化や脳卒中を引き起こす原因となります。

血液をサラサラにする食生活について管理栄養士による講話や調理実習もあります。脂質異常症が気になっている方はぜひご参加ください。

▶日時 2月15日(水)午前10時～正午

▶会場 葛生あくど保健センター

▶定員 先着25人

▶参加費 100円(食材費)

■申込 電話で、健康増進課☎(24)5770へ

