

# しもすわ健康づくり応援ポイントの特典交換はお済みですか?



しもすわ健康づくり応援ポイントとは、町内に住所を有する20歳以上の方を対象に、特定健診や各種検診受診、町主催のポイント事業対象講座の受講の他、健康づくりに自主的に取り組むことで、ポイントを貯めて特典と交換することのできる事業です。特典については、下諏訪商連の商品券1,000円分orクオカード1,000円分のどちらか1つをお選びいただけます。

特典の交換は、年度内に1人1回のみです。交換が済んでいない方は早めの交換をおすすめします!!特典の交換は保健センターで行いますので、管理シートと健(検)診結果を持ってお越しください。管理シートは、①保健センター、②町庁舎1階住民環境課国保年金係、③公民館、④体育館の4箇所で配布しています。

## Q & A



Q：会社で健診を受けたけど対象になるの？

A：国民健康保険だけでなく、会社での健診、個人で受けた人間ドックもポイントの対象になります。確認のために健診結果が必要になりますので、結果を持って保健センターまでお越しください。

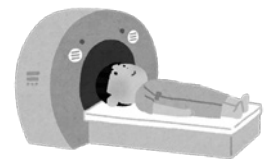
Q：日頃、健康づくりのためにウォーキングをしているが、対象になるの？

A：ご自身で継続して行っている健康づくりに関する取り組みも対象になります。管理シートの裏面に取り組み内容が記載できますので、記入してお持ちください。

■問い合わせ 下諏訪町保健センター 電話27-8384 (直通)

たばこの害が心配な方へ

## 肺がんCT検診のお知らせ



肺がんの最大の原因は『喫煙』です。たばこを吸う人は肺がんのリスクが吸わない人より3~4倍高く、肺がんは50~60代で急激に増加します。たばこの害が心配な方は、肺がんCT検診を受診しましょう。

肺がんCT検診は、以下に該当する方の受診をおすすめします！

- ①喫煙している(していたことがある)
- ②受動喫煙(周囲のたばこの煙を吸うこと)がある
- ③家族で肺がんになった人がいる

※①~③に該当しない方、今年度肺がんX線検診を受けた方も対象年齢の方は受診できます。



### ◇検診方法

低線量X線CT検診です。

従来のレントゲン検診より、がん発見率が高く、通常のCT検査より被曝量が少ない検診です。

### ◇対象者

40歳から69歳までの方(昭和23年4月1日から昭和53年3月31日生まれの方)

※すでに血痰等の自覚症状がある方や肺の病気で治療中の方は受診できません。

※ペースメーカーが入っている方は、主治医に相談してからお申込みください。

◇定員 100名(定員に達し次第、申込受付を終了します。)

◇自己負担額 3,900円(検診料の5割)

◇検診日程 平成30年2月14日(水)・15日(木) 午前9時から午前11時30分

### ◇検診の申込期間・方法

平成29年11月27日(月)から12月15日(金)

保健センターへ電話または直接お申込みください。

■申込み・問い合わせ 下諏訪町保健センター 電話27-8384 (直通)