

あなたも食生活改善推進員になりませんか？

問 子育て健康課 健康づくり係 ☎(84)5544

日程 全8回 会場 小田原保健福祉事務所足柄上センターほか

日時	内容
9月16日(金) 9:30~11:10	食生活の現状と問題点、食生活改善推進員の役割について
9月22日(木) 9:30~13:00	栄養の基礎知識 食品表示 食品の衛生調理実習の基本 調理実習①
10月18日(火) 9:30~12:20	対象別食育①、栄養価計算①、調理実習②
11月14日(月) 9:30~11:40	対象別食育②、栄養価計算②、献立作成①
12月15日(木) 9:30~12:10	そしゃくを通じた健康づくり、対象別食育③、献立作成②
令和5年1月18日(水) 9:30~12:00	献立作成③
令和5年2月6日(月) 9:30~12:00	献立発表、調理実習③
随時	松田町食生活改善推進団体、参加実習、町運動教室参加実習

食生活改善推進員を養成するための講座を開講します。受講後は、「松田町食生活改善推進団体」に所属し、空き時間を利用して調理講習会などのボランティア活動にご協力いただいています。皆さんも活動を通して食べる楽しみ、作る楽しみを味わいませんか。

講 栄養士 ほか

費 テキスト代・調理実習代3000円、献立作成発表用材料代500円程度

申 7月29日(金)までに電話でお申し込みください。



特定健康診査・高齢者健康診査・がん検診の集団健診(検診)のご案内

問 子育て健康課 健康づくり係 ☎(84)5544

実施日 7月16日(土)、7月19日(火)~7月25日(月)

会場 健康福祉センター 2階 (7月16日のみ寄小中学校体育館)

健診名	対象	料金
特定健康診査	40歳~74歳で町国民健康保険に加入されている方	1,500円
高齢者健康診査	75歳以上の方	1,000円
胃がん(バリウム)検診 または 胃がんリスク検診	40歳以上の方 ※胃がんリスク検診は、年齢基準日時点で40、45、50、55、60、65歳の方が対象。リスク検診受診者はバリウム検査を受けられません	胃(バリウム)検診 : 900円 胃がんリスク検診 : 2,000円
大腸がん	年齢基準日: 令和5年3月31日時点 ※胃がん検診・大腸がん検診・肺がん検診については、施設検診との併用はできません	500円
肺がん(結核)		X線: 200円 喀痰: 500円
前立腺がん	50歳以上の男性	500円

注意事項

高血圧や糖尿病などの生活習慣病を予防することも、ご自身の健康管理に役立てるためにも、定期的に健康診査、がん検診を受診しましょう。まだ、お申し込みいただいていない方で受診を希望される場合は、ご連絡ください。

- ・自宅では体温を測り、体調のよい日に受診してください。
- ・会場内ではマスクの着用をお願いします。
- ・待合場所が限られているため、必ず指定時間内にお越しください。