

新しく変わりました！

ゆうき健康マイレージ事業

「ゆうき健康マイレージ」は、市民の皆さんにより健康になつてもらうため、内容を変更しました。健診・がん検診を受けて、健康づくり目標を立て、その目標に取り組んで記録用紙に記入して応募することで達成賞と交換できます。

○健康診査・がん検診は健康状態を知る第一歩です

市では皆さんの健康を守るために、市内の各会場で健康診査やがん検診を実施しています。定期的に受診することで、体に起きている変化を早い段階で知ることができます。病気を早期に発見し、早期に治療を受けることが大切です。また、生活習慣病発症のリスクが高い健診結果の方には、生活習慣の改善に向けたサポート（特定保健指導）を実施しています。

○女性の検診を実施しています

女性のがん検診の集団検診を8月から実施します。骨粗しょう症検診は12月・1月・3月の女性のがん検診の集団検診と一緒に実施します。

○申込みは簡単！

健診受診券に添付しているはがきで予約申込みができます。申込みされた方には、受診日の2週間前までに予約書・大腸がん検診用容器などを郵送します。

一般・早朝健診で大腸がん検診を希望の方は、市内の各施設で配布している容器を利用のうえ、受診日にお持ちください。

市の健診（検診）	実施期間	内 容
総合健診（予約制）	6月～令和2年1月	特定健診・高齢者健診やがん検診がまとめて受診できます。 胃がん検診を希望する方は、総合健診の予約申込みをしてください。
一般・早朝健診（予約不要）	7月～9月	特定健診・高齢者健診やがん検診（胃がん検診除く）がまとめて受診できます。 健診会場に直接お越しください。
女性の予約検査 （予約制）	7月～令和2年2月	【個別検診】 医療機関に予約して行う検診です。
	8月～令和2年3月	【集団検診】 市内の各会場にて行う検診です。
骨粗しょう症検診	12月・令和2年1月・3月	女性のがん検診（集団検診）と一緒に行います。

特定健診・がん検診の日程や予約方法などの詳細については、3月に配布した「平成31年度版健康カレンダー」、または4月下旬に発送した平成31年度健診受診券をご覧ください。

問 市健康増進センター | ☎ 32-7890



健康診査・がん検診を定期的に受けましょう！

【対象者】

20歳以上の結城市民



【チャレンジ期間】

6月1日（土）～令和2年1月31日（金）

【応募期間】

8月1日（木）～令和2年2月28日（金）

※チャレンジ期間とは、健診・がん検診の対象期間および目標実践期間のことです。

◆◆◆ ゆうき健康マイレージの流れ ◆◆◆

ステップ1

▶ 応募用紙を手に入れましょう

※応募用紙は5月15日に全戸配布します。

市役所・健康増進センター窓口に設置します。
ホームページからもダウンロードできます。



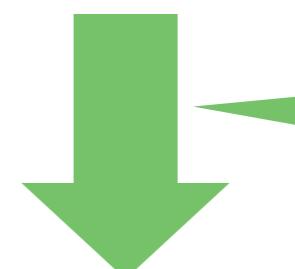
ステップ2

▶ 市または職場などの健康診査を受けましょう（全員必須）

▶ がん検診を一つ以上受けましょう（40歳以上の方必須）

ステップ3

▶ 健康づくりの目標（食事、運動、歯科など）から2つ実践しましょう



健康づくり記録用紙と応募用紙に必要事項を記入し、健康増進センター窓口へ提出します。
※健診したことがわかる書類（健診[検診]結果票や領収書）もご持参ください。

◆ チャレンジ達成賞 ◆

QUOカード2,000円分を応募した方
全員にプレゼントします！



※詳細は全戸配布される応募用紙をご確認ください。