

# めざそう 元気なふちゅう!

ウォーキングで健康づくり



ウォーキングマスター 育成講座の参加者募集

地域でウォーキングを実践し、健康づくりを推進しませんか。

みんなではじめて参加者募集

ウォーキングの楽しさを感じながら、ウォーキングマスターと一緒に歩きましょう。

- ◎クルトピア岩谷 5月8日(月) 9時30分～11時30分
- ◎府中市文化センター 5月11日(木) 9時30分～11時30分

対象 次の全てに該当する人  
 △4回の全講座を受講できる  
 △講座終了後、地域の健康づくりに協力できる  
 △平成30年3月31日現在の年齢が70歳未満の人  
 ①6月9日(金) 13時30分～16時  
 内容 活動紹介、グループワーク  
 演題 ウォーキングの基本と目的  
 講師 健康運動実践指導者 荻部美千代さん

- ◎クルトピア栗生 5月16日(火) 9時30分～11時30分
- ◎府中市生涯学習センター 5月18日(木) 9時30分～11時30分
- ◎協和公民館 5月27日(土) 9時30分～11時30分
- ◎リ・フレ 5月28日(日) 9時30分～11時30分
- ◎上下町民会館 7月13日(木) 9時30分～11時30分

②7月14日(金) 13時30分～16時  
 内容 活動紹介、グループワーク  
 演題 伝えよう!広めよう!健康ウォーキング  
 講師 健康運動実践指導者 荻部美千代さん  
 ③8月31日(木) 13時30分～15時  
 内容 グループワーク  
 演題 靴は万病のもと!? 靴と健康について  
 講師 シューズラボCue 松下 誠さん  
 ④9月15日(金) 13時30分～16時  
 ところ 4回全てリ・フレ  
 内容 体力測定などの実技、グループワーク  
 受講料 無料  
 持参するもの 飲み物、筆記用具  
 ※運動のできる服装と靴でお越しください。  
 申し込み方法 電話で申し込みください。  
 申し込み期限 5月31日(水) 申し込み・問い合わせ先 健康医療課元気づくり係 (リ・フレ内) ☎47-1310

## 府中市国保加入者の皆さまへお知らせ

生活習慣病をはじめ、自覚症状が出にくい病気を見つけるためには、定期的な検診が大切です。ドックを受診して病気の予防や早期発見・治療に努めましょう。

## 一日人間ドック、脳ドックの申し込みを受け付けます

### 一日人間ドック

胃、肺、大腸などのがんの検査と、生活習慣病を早期発見するための健診がセットで受けられます。  
 対象 次の全てに該当する人  
 △国保税を完納している世帯の被保険者  
 △40歳(婦人科検診を受ける女性は30歳)から後期高齢者医療制度に加入するまでの人  
 定員 380人

### 脳ドック

脳疾患の有無を調べる検査と、生活習慣病を早期発見するための健診がセットで受けられます。  
 対象 次の全てに該当する人  
 △国保税を完納している世帯の被保険者  
 △40歳から後期高齢者医療制度に加入するまでの人  
 △平成28年度に府中市国保の脳ドックを受診していない人  
 定員 200人

### 申し込み方法

健康医療課医療保険係または上下支所市民生活係に国民健康保険証を提示し、検診申込書に必要事項を記入してください。  
 ※一日人間ドック、脳ドックの両方を申し込むことはできません。各ドックには特定健診の検査項目が含まれます。

検査実施期間 受診券を受け取った日から平成30年2月28日(水)まで  
 ※受診券到着後、受診する日を医療機関に直接予約してください。  
 申し込み期限 5月19日(金) ※定員になり次第締め切ります。申し込みをした人からは6月に受診券を郵送します。

検診結果は、府中市で保存し、必要に応じ保健指導などに活用することを了承し、申し込んでください。



申し込み・問い合わせ先 健康医療課医療保険係 (市役所内) ☎43-7142 または上下支所市民生活係 ☎62-2114

## 一日人間ドック 実施医療機関・料金

医療機関名	所在地	自己負担額	婦人科検診
府中市民病院	鶯飼町	(男性) 9,720円	乳がん・子宮がん検診を含む
府中北市民病院	上下町上下	(女性) 10,200円	
公立みつぎ総合病院	尾道市御調町	10,692円	
寺岡記念病院	福山市新市町	9,720円	乳がん検診受診可(別料金)
奥野内科医院	府川町	9,720円	受診不可
佐々木内科	中須町		
谷医院	府川町		
府中中央内科病院	高木町		
渡辺内科医院	府川町		

※府中市民病院、府中北市民病院は頭部MRIの検査が追加できます。(別料金)

## 脳ドック 実施医療機関・料金

医療機関名	所在地	自己負担額
公立みつぎ総合病院	尾道市御調町	10,044円
寺岡記念病院	福山市新市町	11,190円

※自己負担額は、検診費用の総額の3割です。残りの7割は府中市国保が負担します。

## 新たに指定給水装置工事業者を指定

問い合わせ先 上水下水道課 ☎43-7168

水を引いたり、水道設備の修理・改造を行ったりできる指定給水装置工事業者として、新たに次の業者を指定しました。  
 指定工事店 ▷佐藤工業株式会社(代表 佐藤正明・福山市新市町大字戸手2350番地1) ☎0847-51-5061

## 水道工事当番業者

5月3日(水)～5日(金)までの間、下表の水道工事当番業者が水道修理などに対応します。  
 問い合わせ先 上水下水道課 ☎43-7169

月日	当番業者	所在地	電話番号	当番業者	所在地	電話番号
5月3日(水)	丸田設備(有)	本山町	☎41-6822	重森鉄工(有)	上下町上下	☎62-2005
5月4日(木)	野田設備工業	出口町	☎41-7047	広島ガス住設(株)上下支店	上下町上下	☎62-3166
5月5日(金)	カネサ住設(株)	中須町	☎52-5365	赤木プロパン商会	上下町上下	☎62-2240