

元気な活動をご紹介

めげせ！元気

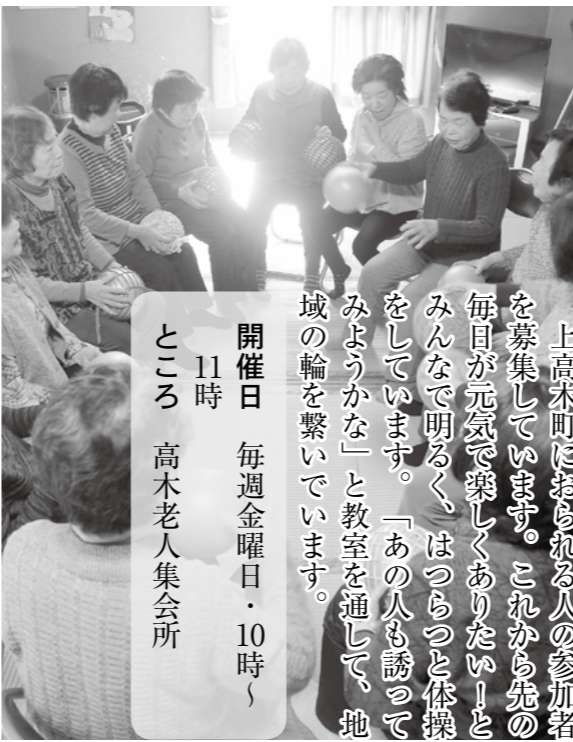
なふちゆう 16

問い合わせ先 介護保険課
(☎40-0223)

元気もりもりレポート

上高木もりもり教室

昨年7月に府中市から3か月の講師派遣を受け、自主グループを立ち上げました。町内会、老人会、サロンと連携して参加を呼び掛け、約15人が参加しています。まだ自分たちの力だけで運営することに自信が持てず、府川のもりもり教室のサポーターに月に1回来ていただいたり、B&G海洋センターの大越健康運動指導士に月に2回来ていただいています。



代表の上川智登子さんから一言
お互いに歳をとるばかりだけど、近くに体操教室があれば、みんなが自分の足でも通えると思えば、始めました。明るい、はつらつとした元気のいい教室です。

上高木町におられる人の参加者を募集しています。これから先の毎日が元気で楽しくありたい！とみんなで明るく、はつらつと体操をしています。「あの人も誘ってみようかな」と教室を通して、地域の輪を繋いでいます。

開催日 毎週金曜日・10時～11時
ところ 高木老人集会所

6月の集団健診の申し込みは5月17日(金)まで!

集団健診の日程

とき	ところ
6月21日(金)～26日(水)	リ・フレ
6月27日(木)・28日(金)	上下町民会館
6月29日(土)	協和公民館

※受付時間は8時30分～11時。

申し込み期限 5月17日(金)
申し込み方法 各家庭に個別に郵送している平成31年度健康診査のお知らせの申込書で健康推進課に申し込んでください。
※健康診査のお知らせをお持ちでない人は、問い合わせてください。
持参するもの 健康保険証
※4月1日現在で国民健康保険に加入している人には、6月初旬に特定健康診査受診券を送付します。健診当日に必ず持参してください。

健康診査・がん検診の対象・料金など

項目	対象	集団健診での料金	一般的な検査料金
特定健康診査	40歳以上75歳未満の府中市国民健康保険加入者	無料	8,300円
	府中市国民健康保険以外の各医療保険の被扶養者で40歳以上75歳未満の人	受診券の記載金額	
基本健康診査	40歳以上75歳未満の府中市国民健康保険の年度中途加入者と生活保護世帯の人	無料	6,300円
後期高齢者健康診査	後期高齢者医療保険加入者	無料	
胃がん検診(エックス線)	40歳以上の人	900円	9,300円
大腸がん検診	40歳以上の人	500円	1,700円
肺がん検診(結核検診含む)	40歳以上の人	200円	2,300円
肝炎ウイルス検診	40歳以上75歳以下で受診したことがない人	700円	3,300円
乳がん検診	乳腺エコー	30歳以上40歳未満の人	500円
	マンモグラフィ1方向	50歳以上の偶数年齢の人	500円
	マンモグラフィ2方向	40・42・44・46・48歳の人	900円
子宮頸がん検診	20歳以上の人	600円	5,200円
骨粗しょう症検診	40・45・50・55・60・65・70歳の人	1,400円	2,200円
前立腺がん検診	50歳以上の人	500円	2,200円

※70歳以上の人は、がん検診を無料で受診できます。また、非課税世帯の人などは料金が減額される場合があります。一般的な検査料金はおよその金額です。対象年齢の基準日は2020年3月31日時点です。

狂犬病予防注射を受けましょう

問い合わせ先 市民課
(☎43-7207)

生後91日以上の子犬は、生涯1回の登録と毎年1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。すでに登録をしている場合は、案内のながきを送付していますので、会場に持参して予防接種を受けてください。

料金 3,000円
※未登録の犬は登録料3,000円が別途必要です。
◎集合注射の会場で受けない場合
次の動物病院で受けることができます。
▷小玉獣医科 ▷林原犬猫病院 ▷下江動物病院 ▷セラ動物病院

4月8日(月)の時間・ところ					
1	9:15～9:25	旧 北公民館	8	13:25～13:30	荒谷町集会所
2	9:30～9:40	ダンデリオン駐車場	9	13:50～13:55	空木集会所
3	9:45～9:55	阿字スポーツグラウンド体育館	10	14:10～14:15	角目せせらぎ会館
4	10:00～10:10	舟割集会所	11	14:20～14:25	協和分校跡
5	10:20～10:25	河佐公民館	12	14:35～14:40	行藤遊友センター
6	10:30～10:35	河佐下四組公会堂	13	14:50～14:55	旧 斗升消防器庫
7	10:40～10:45	河面町公会堂			

お口のチェックで健康づくりを

歯周病検診

対象 府中市に住居登録があり、2020年3月31日時点で年齢が40歳・50歳・60歳・70歳になる人

個別検診

とき 2020年3月31日(火)まで
ところ 市内および福山市新市町の歯科診療所
※一部の歯科診療所を除く。
料金 40・50・60歳の人：500円、70歳の人：無料
※40・50・60歳の人で、非課税世帯の人や重度障害者手帳を持っている人などは無料になります。詳しくは問い合わせてください。
申し込み方法 事前に予約が必要で、各歯科診療所に電話で申し込んでください。
※国民健康保険加入者の人を対象とした歯周病検診も予定しています。詳しくは、府中市健康診査のお知らせを確認してください。

申し込み・問い合わせ先 健康推進課元気づくり係 (リ・フレ内・☎47-1310)

4月16日(火)の時間・ところ		4月15日(月)の時間・ところ		4月12日(金)の時間・ところ		4月11日(木)の時間・ところ		4月10日(水)の時間・ところ		4月9日(火)の時間・ところ								
1	9:40～9:45	河井停留所付近	1	9:40～9:50	上下町民会館	1	9:00～9:05	旭公民館	1	9:00～9:10	見晴会館(見晴団地展望台隣)	1	9:00～9:10	大黒町ふれあい広場	1	9:15～9:20	三郎丸児童公園	
2	9:50～10:00	階見 中下停留所付近	2	9:55～10:05	国留コミュニティホーム	2	9:15～9:20	中須公園旭グラウンド	2	9:15～9:20	本山しめ柱付近	2	9:20～9:25	川上町老人集会所	2	9:25～9:30	河南町コミュニティホーム	
3	10:05～10:15	旧 J A 階見支店	3	10:10～10:15	国留先谷集会所入口	3	9:25～9:30	芦品府中教育会館跡	3	9:25～9:30	ふれあい公園(桜が丘一丁目)	3	9:35～9:40	西公民館	3	9:40～9:45	三郎丸龍王会館	
4	10:30～10:40	井永 末国橋付近	4	10:20～10:30	旧 J A 矢野支店	4	9:40～9:45	府中市武蔵場(中須グラウンドテニスコート)	4	9:40～9:45	本山月見ヶ丘体育館	4	10:00～10:05	上山町民会館	4	9:55～10:00	大日学園	
5	10:45～10:55	井永 上下南分団4部消防器庫前	5	10:35～10:40	矢野温泉停留所付近	5	9:50～9:55	開町児童公園	5	9:50～9:55	本山日吉集会所	5	10:15～10:20	下上山集会所	5	10:05～10:10	クルトピア明郷	
6	11:05～11:15	岡屋 中井宅前	6	10:45～10:55	防地団地	6	10:05～10:15	中町コミュニティホーム	6	10:05～10:10	本山諏訪神社参道前	6	10:40～10:45	府中市生涯学習センター	6	10:25～10:30	菅谷神社参道前	
7	11:20～11:25	旧 J A 清岳支店	7	11:05～11:15	松崎 平林宅前	7	10:20～10:30	J A 府中グリーンセンター	7	10:20～10:30	府中公園	7	13:20～13:30	広谷稲月神社前	7	10:40～10:45	クルトピア岩谷	
8	11:35～11:40	上下高校寮入口付近	8	11:30～11:40	古城 新山宅前	8	10:35～10:45	リ・フレ	8	10:35～10:45	辻町会館	8	13:35～13:40	広谷団地(八幡神社)	8	13:20～13:25	父石前原集会所	
9	13:10～13:20	下の町消防器庫	9	13:10～13:20	二森橋	9	13:15～13:25	府川町老人集会所	9	13:20～13:30	南宮台集会所	9	13:50～14:00	鶴飼児童公園	9	13:30～13:40	旧父石町集会所(父石歯科裏)	
10	13:25～13:30	明剣橋	10	13:25～13:35	旧 J A 吉野支店	10	13:35～13:40	用土会館	10	13:40～13:50	緑ヶ丘集会所(南公民館)	10	14:05～14:10	鶴飼町公会堂	10	13:45～13:55	下川辺駅前	
11	13:35～13:45	上下保健センター	11	13:40～13:50	吉野集会所(旧吉野保育所)	11	13:50～13:55	J A 栗生出張所	11	13:55～14:00	土生消防器庫	11	14:20～14:30	広谷公民館	11	14:10～14:20	諸田本郷農事集会所	
12	13:50～14:00	岩崎集会所付近	12	13:55～14:05	小塚老人集会所	12	14:00～14:10	栗柄美土路公会堂	12	14:10～14:15	土生町老人集会所	12	14:40～14:50	「府中学園東」信号交差点付近	12	14:35～14:45	久佐蔵前集会所	
13	14:05～14:10	旧役場入口付近	13	14:10～14:15	小塚 杉本宅前	13	14:15～14:20	栗柄登呂茂公会堂	13	14:20～14:25	府中むつみ園	13	15:00～15:05	府中市教育センター	13	14:50～15:00	久佐スポーツグラウンド	
14	14:15～14:20	湯が丘病院入口停留所付近	14	14:30～14:40	有福生活改善センター	14	14:25～14:30	栗柄四日市広場	14	14:30～14:35	J A 府中中央支店裏側							
			15	14:45～14:55	有福西山寺入口付近	15	14:35～14:40	嶋谷消防器庫	15	14:40～14:45	府中公民館							