

みらい健診（予約制）

▶予約受付開始：8月31日(木) 午前9時～ ※各日とも定員になり次第締め切り
※車でお越しになる方は、みらい健診①または②のさくらやまの会場をご検討ください。

■みらい健診①

胃がん検診と一緒に受診される方はこちら

▶健診当日受付時間：午前8時～11時30分

実施日	場所
10月19日(木)	保健福祉センター
10月20日(金)	
10月22日(日)	

■みらい健診② ※胃がん検診は含まれません。

▶健診当日受付時間：午前10時～11時30分、
午後1時30分～2時30分

実施日	場所
10月26日(木)	小絹コミュニティセンター
10月27日(金)	
10月31日(火)	谷井田コミュニティセンター
11月2日(木)	板橋コミュニティセンター
11月6日(月)	さくらやまふれあいの丘世代ふれあいの館
11月7日(火)	みらい平コミュニティセンター
11月8日(水)	supported by 成島建設

予約方法

①インターネットでの予約

初めてのご利用には登録が必要です。予約受付開始日前に登録をしておくとお便利です。

Step1 仮登録

URL (<https://kenko-link.org/>) もしくは、QRコードからアクセスしメールアドレスを入力

Step2 本登録

仮登録完了通知メールにある「本登録用URL」から必要事項を入力

Step3 本登録完了メールにあるURLから希望の健診日の予約をする

各種検診日の予約開始初日午前9時以降、24時間いつでも予約ができます。

②予約受付電話での予約

にっこり つくばみらい
☎ 0297 - 25 - 2983



③健康増進課窓口での直接予約

▶予約受付時間：午前9時～午後5時

※①～③以外の方法による受け付けは行いません。また、同一世帯のご家族以外の申し込みはできません。

※受付開始1時間は電話が集中し、大変混み合いますので、インターネットでの予約をご活用ください。

※定員になり次第締め切ります。

※がん検診は、被保険者証（健康保険証）の種類に関係なく、受診することができます。

※妊娠中の方は、市が実施する検診の対象になりません。

※各検診項目の受診は年度内1回です。

※検診は、異常の有無を見つけることが目的のため、自覚症状のある方、検診部位の病気で治療中・経過観察中の方は医療機関への受診をお勧めします。

「骨粗しょう症予防教室」を開催します

10月20日(金)は「世界骨粗しょう症デー」です。骨粗しょう症とは、骨量が低下し骨折しやすくなる病気です。人の一生のうちで骨量が増えていくのは、身体がつくられていく思春期までの成長期の間だけです。骨量は20歳ごろまでに最大骨量に達し、40歳ごろまで維持されますが、徐々に減少してきます。しかし、骨の中身は常に生まれ変わっているため、骨粗しょう症予防のためには、骨の健康のためにできる事を日常生活の中に取り入れることが大切です。骨粗しょう症予防教室に参加して、自分の骨のためにできることを学んでみませんか？

▶日時：10月11日(水) 午前10時～11時30分

▶場所：みらい平コミュニティセンター supported by 成島建設

▶対象：成長期のお子さんがある保護者の方、骨粗しょう症が心配な方

▶内容

○骨密度測定（自己負担額：200円、希望者のみ）

○骨のはなし

○骨を丈夫にするための栄養と簡単メニュー（講話）



メールフォームはこちら

