

お口の健康状態をチェック！ 市内の歯科医院で成人歯科検診を受診できます

令和8年度から、市内の歯科医院で成人歯科検診を受診できるようになりました（集団検診は実施しません）。

対象の方は、6月ごろに送付した「成人歯科医療機関検診受診券」の案内をご確認のうえ、一覧表の歯科医院を予約し、受診してください。

※再発行を希望する方は、市ホームページ内のいばらき電子申請・届出サービスからお申し込みください。

今は自覚症状が無い方も、この機会に受診して、ご自身のお口の健康状態を知っておきましょう！

▶内容：問診、口腔内検査、結果説明・指導

▶場所：市内の歯科協力医療機関（同封の案内や市ホームページをご覧ください）

▶対象：20歳、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳の市民の方（令和9年3月31日時点）

※妊娠中の方も受けられます。

▶負担額：500円

▶受診券申請期限：令和9年3月5日（金）

▶受診券有効期限：令和9年3月31日（水）



学んで実践！おいしい減塩生活 ヘルシークッキング教室

筑波大学の医学生と食生活改善推進員（食改さん）がコラボして、減塩について楽しく学べる教室を開催します。医学生からは高血圧をテーマにした講話と、食改さんによる、家庭でも実践しやすい減塩レシピの調理実習を行います。

地域で食育活動を行う食改さんと、未来の医療を担う筑波大学医学生が協力して開催する特別な教室です。減塩のコツを楽しく学び、毎日の食生活に役立てましょう。



▶日時：11月20日（金）午前10時～午後1時

▶場所：保健福祉センター（古川1015-1）

▶対象：市内在住の18歳以上の方

▶費用：300円／人

▶メニュー：さば水煮缶とトマトの春巻き

▶定員：16人（定員を超えた場合は抽選）

▶申込期限：11月6日（金）

▶申込方法：健康増進課窓口、下記問い合わせ先までお電話またはいばらき電子申請・届出サービスからお申し込みください。

☎ 市食生活改善推進協議会事務局（保健福祉センター内）

☎ 0297 - 25 - 2100



【予約不要】大腸がん（集団）検診 検体回収日（10月）のお知らせ

事前に採便容器を取り、回収日に提出してください。

▶回収日・場所

○10月14日（水） みらい平コミュニティセンター supported by 成島建設

○10月22日（木） 小絹コミュニティセンター

▶回収時間：午前9時30分～11時

▶採便容器設置場所（みらい健診を予約した方には、検診セットと一緒に送付しています）

健康増進課（保健福祉センター内）、市民窓口課（伊奈庁舎・谷和原庁舎・みらい平市民センター）、みらい図書館 supported by 成島建設（図書館本館）、伊奈公民館、各コミュニティセンター（みらい平・小絹・板橋・谷井田）、セイワ楽器きらくやまふれあいの丘 すこやか福祉館