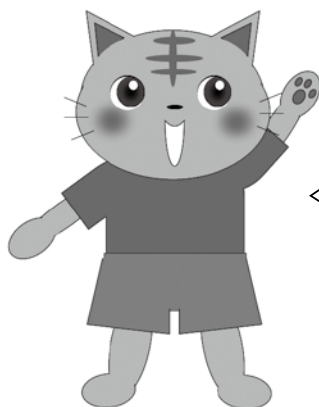


# 受けないなんて、もったいない！ ～特定健診・がん検診を受けて健康と賞品をGet!しよう!～



御坊保健所と各市町（御坊市、美浜町、日高町、由良町、印南町、日高川町）では、住民のみなさまに楽しみを持ってもらいながら健康づくりに取り組んでいただくことを目的に平成 23 年度から『ヘルスポイント』を設けています。

特定健診や各種がん検診、また保健所や市町が実施する健康づくり事業に参加する毎にヘルスポイントがたまります。一定ポイントを集めて応募すると抽選で**自動血圧計**や**ふるさと特産品、ギフトカード**などが当たります。

- 参加対象■ 40歳～74歳の方
- ポイント対象■ ①特定健診 ②胃がん検診 ③肺がん検診  
④大腸がん検診 ⑤子宮がん検診 ⑥乳がん検診  
⑦保健所・町が指定する健康に関するイベント  
※①～⑥は各3ポイント、⑦は1ポイント
- 方法■ 対象年齢の方にヘルスポイントカードを発行します。  
ポイント対象①～⑦の受診・参加毎に健診機関および、市役所、町役場、保健センターの各窓口にてポイントカードに確認印を押し、ポイント加算をします。  
男性で9ポイント以上、女性で12ポイント以上集めると応募できます。
- 賞品■  
A賞 自動血圧計（10名様）  
B賞 ふるさと特産品（100名様）  
C賞 ギフトカード（100名様）  
※賞品は予告なく変更になる場合があります。  
あらかじめご了承ください。
- 応募メ切■ 平成29年1月31日（火）
- 抽選■ 平成29年2月～3月に御坊保健所にて実施
- 通知■ 抽選後に当選者本人に直接連絡します。

1年に1回は  
健康チェック!

## 【お問い合わせ先】

- ・健康推進課（☎63・3801）
- ・御坊保健所保健福祉課  
ヘルスポイント担当（☎24・0996）
- ※特定健診・がん検診のお問い合わせについては役場健康推進課にお願いします



こんにちは

# 日高町地域包括支援センター

です！

## 出張介護講座を開催します！！

- ★65歳以上の方を対象に、介護予防・認知症・介護保険サービス・成年後見制度などの講座を開催いたします。
- ★地域の集会所・公民館など、ご希望の場所に専門職（介護福祉士・保健師・社会福祉士など）が出張いたします。

### 「講座内容の一例…」

#### ・転倒予防教室

家でも簡単にできる転倒予防の体操などをご紹介します。

#### ・認知症について

認知症についての概要や認知症予防について紹介します。

#### ・介護教室

オムツ交換・車いすへの移動介助の方法などを説明します。

#### ・介護保健・介護保健外のサービスの説明

制度の内容やサービスの使い方などについて分かりやすく説明します。

#### ・権利擁護について

成年後見制度や高齢者の権利について説明します。

#### ・高齢者の健康づくりについて

感染症や熱中症の予防などについて分かりやすく説明します。



「こんな話が聞きたい！！」というご希望があれば下記までご連絡ください。

★費用は無料です。

★少人数グループ(10名程度)から町内であればどこへでも出張致します。

★シリーズでの開催も可能です。

お問い合わせ先：日高町地域包括支援センター  
所在地：日高町高家626番地(日高町役場健康推進課内)  
☎：63・3801  
FAX：63・3846

