

# 佐賀市国民健康保険の加入者 (40歳～74歳)のみなさまへ 特定健診をまだ受診していない人は 3月までに必ず受診しましょう!



あなた自身のため、大切な家族のために、1年に1回は必ず特定健診を受診しましょう。  
佐賀市国民健康保険では、さまざまな健診を準備しています。  
下記を参考に、あなたにあった健診をいずれか1つ選び、3月までに受診してください。  
また、特定健診を受診し、受診「スマシール」が貼ってある保険証を、PR応援企業に提示すれば、お得なサービス特典が受けられます。

## あなたにあった健診が見つかる!佐賀市国保の特定健診!

忙しくてなかなか日程があわない!  
特定健診と同時に、がん検診も受診したい!

### 毎日健診

自己負担額 特定健診1,000円  
(各種がん検診は別途費用がかかるものもあります)

◎申し込み・問い合わせ  
佐賀県医師会成人病予防センター  
☎31-8835 (8時30分～17時30分 日・祝日を除く)

平日は時間がとれないので、  
休日に受診したい!

### 休日特定健診当番医

自己負担額 1,000円  
◎問い合わせ  
本庁 保険年金課 保険企画係

通院中で、定期的に検査をしている

### ヘルスサポート

自己負担額 治療費に係る自己負担金のみ  
◎問い合わせ  
かかりつけ医へ相談ください

もっとくわしい健診を受けたい!

### 人間ドック・脳ドック

(2月末まで)  
費用など  
人間ドック 14,000円～  
脳ドック 21,000円(69歳まで)  
◎申し込み・問い合わせ  
本庁 保険年金課 保険企画係

☆くわしい内容や各種健(検)診実施医療機関などは、のマークの特定健診ハンドブックや市のホームページなどを確認ください。

◎問い合わせ  
本庁 保険年金課 保険企画係  
☎40-7270 FAX 40-7390

## 第27回

# 富士町健康マラソン大会 参加者募集

おいしい空気をいっぱい吸って、緑の中を爽快に走ろう。  
走ったあとは、ぬる湯でほっと一休み。  
ゴール後の温かい「こいこく」もどうぞ。



開催日時 / 4月17日(日) ※雨天決行  
受付 / 8時～9時  
開会式 / 9時  
参加料 / ・一般・大学生 2,000円  
・高校生 1,500円  
・中学生以下 500円  
(佐賀市内の中学生以下は300円)

集合場所 / 富士支所 (富士町古湯2685)  
コース / 国道323号線 (古湯・熊の川温泉地内)

区分 /  
[10キロの部]10時スタート  
・一般男女(高校生以上)  
[5キロの部]10時2分スタート  
・壮年男子(40歳以上)  
・一般女子(高校生以上)  
・中学生男子  
[3キロの部]10時4分スタート  
・一般女子(高校生のぞく)  
・70歳以上男女  
・中学生女子  
[ジョギングの部]10時6分スタート  
・フリー



申込方法 / 所定の参加申込書に必要事項を記入の上、参加料を添えて、実行委員会事務局まで、直接または郵送(現金書留)で申し込みください。  
申込書は、スポーツ振興課(アイ・スクエアビル4階)、各支所の教育課にあります。  
申込期限 / 3月18日(金)必着(ジョギングのみ当日受付可)

### ◎申し込み・問い合わせ

☎840-0598 佐賀市富士町大字古湯2685  
富士町健康マラソン大会実行委員会事務局  
(富士生涯学習センター 富士支所 教育課内)  
☎58-2882 FAX 58-3589

## 健康ひろげ隊の 「健康☆若さ☆アップ教室」 参加者募集!

健康ひろげ隊と一緒にカロリーソング体操をしませんか。運動不足の人、体重が気になる人、楽しく身体を動かしたい人、どなたでも参加できます。みなさんの参加をお待ちしています。

日時 / 3月5日(土)14時～16時 受付 / 13時30分  
場所 / メートプラザ佐賀(兵庫町大字藤木)  
参加費 / 無料  
申し込み / 不要(当日受付)  
内容 / 健康ひろげ隊によるラジオ体操・カロリーソング体操、リズム体操 など  
講師 / 大西真果さん(九州大谷短期大学非常勤講師・幼児体育アドバイザー)  
持ってくる物 / 室内靴、飲み物  
運動のしやすい服装で参加ください  
※体調管理は各自でお願いします。

## 参加者には おしるべプレゼント!

このイベントは、健康ひろげ隊(佐賀市健康推進員協議会)が行っています。健康ひろげ隊は、自分でも健康づくりを実践しながら、まわりの人にも健康づくりを広めていくボランティア団体です。

### ◎問い合わせ

健康づくり課 保健予防係(ほほえみ館)  
☎40-7281 FAX 30-0115