



お知らせ **今年も実施！「健幸ポイント」事業**

問い合わせ 保健相談センター健幸のまち推進担当☎042-985-5122

この事業は、市民の皆さんに健康づくりのきっかけを提供するものです。日々の健康づくりが健幸ポイントとして加算され、市が設定するポイントを獲得した人にはプレゼントをお渡しします。

まずは、令和8年度の健幸ポイント手帳を取得して、健康づくりに取り組みましょう！



**期間** 6月1日(月)～令和9年1月31日(日)

**対象** 市内在住・在勤・在学で18歳以上の人

**健幸ポイントの種類**

- 健康チェックポイント
- 健幸事業参加ポイント
- ウオーキングポイント
- 健幸チャレンジポイント

**配布開始日** 6月1日(月)

**配布場所** 保健相談センター、各公民館、参加する健幸事業等

6月21日(日)に開催する健幸まつりでも「健幸ポイント手帳」を配布します！  
※詳しくは、広報ひだか6月号をご覧ください。

お知らせ

**がん検診等の集団検診・個別検診の予約を電子申請・電話・窓口で受け付けます**



問い合わせ 保健相談センター保健相談担当☎042-985-5122

集団検診・個別検診全ての検診の予約を電子申請・電話・窓口で受け付けます。24時間受け付け可能な電子申請がお勧めです。すでに、先行はがき予約で定員に達している場合は、受け付けできません。

なお、検診の空き状況は、市ホームページをご覧ください。  
※詳しくは、「令和8年度日高市健幸スケジュール」をご覧ください。



検診名	集団	個別	対象	内容
肺がん・結核検診	○	○	40歳以上	胸部X線検査を行います
大腸がん検診	○	○	40歳以上	便を取り、血が混じっていないかを調べます
子宮がん検診	○	○	20歳以上 (2年に1回)	細胞を取って調べます
乳がん検診	○	○	40歳以上 (2年に1回)	乳房X線検査(マンモグラフィ)を行います
			40歳以上※	バリウムを飲み、胃部X線検査を行います
胃がん検診	-	○	50～69歳 (2年に1回)	胃内視鏡検査を行います
		○	女性：18歳以上 男性：40歳以上	超音波による骨量測定を行います
骨粗しょう症検診	○	-	女性：18歳以上 男性：40歳以上	超音波による骨量測定を行います
B型・C型肝炎検査	○	-	40歳以上	血液検査を行います
健康診査	-	○	18～39歳または生活保護受給者	診察、身体測定、血圧測定、血液検査、尿検査を行います

※前年度に市の胃がん個別検診(内視鏡)を受けた人は、胃がん検診(集団および個別)を受けることはできません。

**楽しく歩こう！6月の定例健幸ウオーキング！**

公民館名・連絡先	日時	内容等
武蔵台公民館 ☎042-982-2950	6月24日(水) 午前8時45分～正午ごろ	<b>初夏の多峯主山から天覧山を歩こう</b> 集合・解散 武蔵台公民館 人数 30人(申し込み順) 申し込み 5月12日(火)から、武蔵台公民館へ(当日申し込み不可)
高麗公民館 ☎042-989-2381	6月6日(土) 午前8時45分～正午ごろ	<b>日光街道杉並木と運動公園を楽しもう</b> 集合・解散 高萩北公民館 人数 30人(申し込み順) 申し込み 5月12日(火)から、高萩北公民館へ(当日申し込み不可)
高萩北公民館 ☎042-989-7322		
高萩公民館 ☎042-989-2145		

※問い合わせは各公民館へお願いします。また、時間やコースを変更する場合があります。