




## 集団健診

集団健診で行っている健診は**下記**の通り。

◆**特定健診**  国民健康保険に加入している 40～74 歳の人。

◆**生活習慣病予防健診**  16～39 歳の人  1,000 円 (16～22 歳の人は無料)。

◆**後期高齢者健診**  後期高齢者医療制度に加入している人。

## 同健診の予約について

定員は各会場で異なりますのでお早めに申し込みを。予約は希望日の2日前(土・日曜日、祝日を除く)までに。

◆**健診予約フリーダイヤル** ☎ 0120 - 552 - 363 (月～金曜日午前10時～午後5時)。

◆**WEB予約** 健診おすすめ通信ホームページ(右記 QR コード参照)。



## 地域で実施する同健診の日程など





時間は①午前9時30分～午前11時30分②午前9時30分～午後0時30分。

月	日	曜日	会場	時間
4	12	月	武庫西生涯学習プラザ	②
	13	火	ハーティ 21	①
	14	水	中央北生涯学習プラザ	①
	15	木	ハーティ 21	①
	17	土	女性センタートレピエ	②
	19	月	大庄北生涯学習プラザ	②
	20	火	中央北生涯学習プラザ	②
	21	水	武庫東生涯学習プラザ	②

月	日	曜日	会場	時間
4	23	金	小田北生涯学習プラザ	②
	24	土	園田西生涯学習プラザ	②
	25	日	女性センタートレピエ	①
	26	月	園田東生涯学習プラザ	②
	27	火	中央北生涯学習プラザ	②
	28	水	中小企業センター	①
	30	金	ハーティ 21	①

全ての会場で肺がん検診・筋肉量測定を受診できます。いずれも料金は別途

## 市民健康開発センター ハーティ 21 で 同センター ☎ 6426 - 6102 月曜日

教室名や開始日などは**右表**の通り。時間は教室により異なります。 20歳以上の人  各25人  4,400円(3回開催分は3,300円、⑦は1万7290円)  ⑤>5月開催分は4月6日⑥>6月開催分は5月6日⑦>7月開催分は4月15日—から電話か直接市民健康開発センター。



シェイプヨガ

教室名	開始日	回数
①ピラティス	5月6日	4
	5月11日	3
	6月1日	4
	6月3日	4
②太極拳	5月7日	4
	6月4日	4
③ゆったりヨガ	5月8日	4
	6月5日	4

教室名	開始日	回数
④シェイプヨガ	5月11日	3
	6月1日	4
⑤かんたんイス体操	5月12日	3
	6月2日	4
⑥腰ひざ健康体操	5月12日	3
	6月2日	4
⑦腰痛・膝痛予防改善	7月1日	11