

【毎月開催】健康相談のお知らせ(予約制)

健康全般、歯科口腔に関することに
保健師・管理栄養士・歯科衛生士がア
ドバイスします。

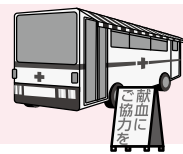
1回の相談時間：30～45分

※歯科衛生士への相談は①の枠1人のみ

Web予約
受付フォーム▼



日にち	時間	定員
4月24日(木)	①午前9時30分～ ②午前10時30分～	各4人
5月13日(火)	①午前9時30分～ ②午前10時30分～	各4人

献血車が
やってきます。

と き 4月22日(火)

と ころ 町民交流館(ペア・パル利府)研修室1

受付時間 ①午前10時～午前11時45分

②午後1時～午後4時30分

献血種類 400ml献血

所要時間 受付から終了まで約40分

『第2次はっらっ健康利府プラン』の「生活習慣病の発症予防と重症化予防」
健康に関する8つの分野別の取組み

～基本目標1「生活習慣病の予防に関する正しい知識を持ち、健康的な生活習慣づくりに取り組みましょう」～

～基本目標2「定期的に健康診断を受けて、自分の健康状態を把握し、
生活習慣病の早期発見および早期改善に努めましょう」～

今年も6月から住民健診が始まります！

年に一度、健康診断を受けて自分自身の健康状態をチェックしましょう。



健康診断を受けることは、ご自身の身体をよく知り、高血圧や糖尿病、脂質異常症等の生活習慣病をはじめとした様々な病気の予防や早期発見・早期治療につながります。

生活習慣病は、食生活や運動習慣、喫煙、飲酒などの生活習慣を見直すことによって発症や進行を予防することができます。健康な毎日を過ごすために、年に一度健康診断を受けて、健診結果を生活習慣の振り返りに活用しましょう。

住民健診の実施期間

6月17日(火)～7月12日(土)

8月21日(木)～8月23日(土)

住民健診に
ついて▼



●利府町の特定健康診断(対象者：40～74歳で利府町国民健康保険加入者)の内容

検査項目	内容
問診	喫煙歴、服薬の有無などを確認します
身体計測	身長、体重、BMI、腹囲などを測ります
理学的診査	医師による身体診察を行います
血圧測定	高血圧・低血圧をチェックします
脂質検査 (中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール)	血液中の脂質を調べます
血糖検査 (HbA1c)	高血糖や糖尿病のリスクを調べます
肝機能検査 (AST (GOT)、ALT (GPT)、γ-GT (γ-GTP))	肝臓の状態を調べます
血清クレアチニン検査	腎臓の状態、糖尿病のリスクを調べます
尿酸検査	
尿検査 (糖、たんぱく、潜血)	

【検査結果から分かるリスク】
メタボ、高血圧症、糖尿病、
脂質異常症、肝臓や腎臓の
機能異常など

健康課題を把握し、身体に
良い習慣を増やす

健康な身体の維持

※その他医師の判断による詳細な健診(心電図検査、眼底検査、貧血検査)が行われます。

フリースペース「しおり」を開設します

ひきこもりで悩む方やそのご家族等を対象とした、安心して社会ともう一度つながるためのきっかけづくりや相談場所として、フリースペース「しおり」を毎月1日開設します。お気軽にお越しください。**(事前予約不要)**
※支援者の方の見学も可能です。

- 対象者 利府町にお住まいで、おおむね15歳以上のひきこもりで悩む方とご家族
- ところ 文化交流センター「リフノス」 2階和室
- とき 午前10時30分～午後3時(出入り自由)
4月17日(木)、5月15日(木)、6月19日(木)、
7月17日(木)、8月21日(木)、9月18日(木)
※10月以降の日程は二次元コードから確認できます。



ひきこもりに関するホームページはこちら▶



問 健康推進課 健康総務係 ☎356-1334

地域包括支援センターは、高齢者の総合相談窓口です

高齢者の皆さんが、いつまでも住み慣れた地域で安心して生活ができるように支援しています。何か困りごとがありましたら、お気軽にご相談ください。

主な相談の例

- ・介護保険って何？サービスはどうやったら受けられるの？
- ・何度も同じ話をするけど、認知症かな？
- ・おじいさんが行ける健康づくりの場所を教えて！
- ・近所から大声が聞こえる・・・虐待かも



相談のほか、各事業(シニアのちょこっと貯筋体操教室、元気アップ教室、笑笑(ニコニコ)サロン等)を行っています。ご不明な点は担当地区の包括支援センターにお問い合わせください。(受付時間：平日午前9時～午後5時)
※緊急時は、時間外も電話で受け付けます。

中央地域包括支援センター

住 所 中央三丁目5-1 エスポワールヤマワ102号室

電 話 ☎353-7322

担当地区 神谷沢・菅谷一、二部・沢乙・加瀬・野中一、二部・町加瀬・大町・館・仲町・東町・
藤田・春日一、二部・赤沼・浜田・須賀・菅谷台・葉山・新中道

北部地域包括支援センター

住 所 しらかし台一丁目1-41(しらかし台集会所「夢民館」となり)

電 話 ☎767-7677

担当地区 しらかし台・花園・青山・青葉台・皆の丘



問 地域福祉課 介護福祉係 ☎767-2198

広告枠

仙台紙工の「プラス思考」で、
あなたの「思い」をもっと豊かに



クリエイティブ デジタルコンテンツ セールスプロモーション マーケティング
株式会社 仙台紙工印刷

〒983-0036 仙台市宮城野区苦竹3丁目1-14

TEL (022) 231-2245
FAX (022) 231-2247
www.sendai-shiko.jp

＊ 共通テスト「情報Ⅰ」対策講座



- ・コンピュータ・ネットワーク
- ・DNCL プログラミング
- ・Excel で学ぶデータ分析
- ・モデル化とシミュレーション
- ・サンプル/試作/モギ問題



ソーゼイト ITプラザ ☎ 349-0008