

～後期高齢者医療制度～

健康診査のお知らせ

後期高齢者医療被保険者の人を対象に健康診査を行います。健康維持のため、この機会に健診を受けましょう。

※受診日に後期高齢者医療制度に加入している人が対象となります。

健診方法	個 別 健 診	集 団 健 診
実施場所	指定医療機関	ウェルス幸手・西公民館
実施期間	6月～平成26年2月	つぎのいずれかの時期 6月27日(木)～7月3日(水) 9月28日(土)～10月3日(木) 午前7時30分～11時20分
受診方法	①対象者に健康診査の案内はがきを郵送(5月下旬) ↓ ②指定医療機関(案内はがきに記載)に予約 ↓ ③医療機関で健診を受診	①対象者に健康診査の案内はがきを郵送(5月下旬) ↓ ②健康増進課に予約(予約開始日は案内はがきに記載) ↓ ③ウェルス幸手・西公民館で受診
費用	無 料	
健診内容	・問診 ・身体計測 ・血圧 ・血中脂質検査 ・肝機能検査 ・血糖検査 ・尿検査 ・貧血検査 ・心電図検査 ・尿酸 ・クレアチニン ・血清アルブミン(個別健診のみ) ・眼底検査(医師が実施の判断をします)	

～後期高齢者医療制度～

保養施設宿泊費の助成について

後期高齢者医療被保険者の人が、保養施設に宿泊する際の宿泊費の一部を助成しています。

対 象 後期高齢者医療制度の被保険者で、納期到来分の保険料を完納している人

助成額 1泊につき2,000円(年度中2泊まで)

※年度途中に後期高齢者医療被保険者になった人で、同一年度内に国民健康保険制度の同助成を受けた人は、通算で2泊までとなります。

申込み 保養施設に電話予約の上、保険年金課窓口へ
 ※助成券を発行します。
 ※保養施設の一覧は、保険年金課窓口で配布しています。

保養施設に予約



保険年金課に申込み
助成券を受領



助成券を持って
保養施設を利用



幸手市成人健康教育事業のご案内

見えない「油」を知る教室（1回目）

対象 市内在住の20歳以上の人

日 程	6月14日（金）
時 間	午前9時30分～午後0時30分
内 容	栄養講話＆調理実習
ところ	ウェルス幸手2階調理実習室
申込み	受付中

※2回目は平成26年2月に西公民館で行います。

栄養講習会（夏コース） ～あなたの食事選択は

対象 市内在住の20歳以上の人

大丈夫ですか？～

日 程	5月31日（金）	6月7日（金）
時 間	午前9時30分～11時30分	午前9時30分～11時30分
内 容	基礎編～バランスのよい食事について学ぶ～	実践編～料理カードを使って確認！～
ところ	ウェルス幸手2階機能回復訓練室	
申込み	受付中	

※冬コースは平成26年1月にウェルス幸手で行います。

幸せロードマップを歩こう！

対象 市内在住の人

定員 ロングコース15人（申込み順）

初心者コース15人（申込み順）

コース名	さくらふれあい 広場コース	権現堂桜堤 あじさいコース
日 程	5月30日（木）	6月14日（金）
集合場所	ウェルス幸手	北公民館
ロングコース	約6.2km	約6.0km
初心者コース	約3.5km	—
申 込 み	受付中	

さわやか運動教室（夏コース）

対象 市内在住の40歳～64歳の人

※受講したことのない人

定員 30人（申込み順）

日 程	7月23日～9月24日毎週火曜日 全8回※8月6日、13日を除く
時 間	午前9時30分～11時30分
ところ	ウェルス幸手2階トレーニング室
申込み	広報6月号でお知らせ

※冬コースは11月から行います。

みなさんの
ご参加をお待ち
しています！



体力測定～あなたの体力どのくらい？～

対象 市内在住の40歳～64歳の人※原則全日程参加できる人

定員 20人（申込み順）

日 程	6月27日（木）	7月4日（木）	7月11日（木）
時 間	午後1時30分～3時	午後1時30分～3時	午後1時30分～3時
内 容	体力測定	測定結果返却	運動の紹介
ところ	ウェルス幸手2階トレーニング室		
申込み	受付中		

骨粗鬆症予防教室

平成26年1月にウェルス幸手で開催予定

CKD（慢性腎臓病）予防教室

平成26年2月にウェルス幸手で開催予定

糖尿病予防教室（夏コース）

対象 市内在住の20歳以上の人※原則全日程参加できる人

日 程	9月4日（水）	9月11日（水）	9月18日（水）
時 間	午後1時30分～3時30分	午前9時30分～午後0時30分	午前9時30分～11時30分
内 容	医師による病態の話	栄養講話＆調理実習	まとめ
ところ	西 公 民 館		
申込み	広報7月号でお知らせ		

※冬コースは12月にウェルス幸手で行います。

弁当箱ダイエット教室

対象 市内在住の20歳以上の人※原則全日程参加できる人

日 程	10月11日（金）	10月25日（金）
時 間	午前9時30分～午後0時30分	午前9時30分～午後0時30分
内 容	栄養講話＆調理実習	栄養講話＆調理実習
ところ	ウェルス幸手2階調理実習室	
申込み	広報8月号でお知らせ	

がん予防教室

対象 市内在住の20歳以上の人

日 程	10月29日（火）
時 間	午前11時～正午
内 容	講話～がん予防と検診受診のススメについて～
ところ	ウェルス幸手
申込み	広報9月号でお知らせ

各教室の詳細については、市ホームページをご覧ください。※広報さってでも随時お知らせしていきます。

申込み・問合せ

健康増進課 ☎(42)8421・FAX(42)2130

ホームページ <http://www.city.satte.lg.jp/>