

## 基本健康診査には

### 2通りあります

検診には、各地区で実施する集団検診と指定医療機関で実施する医療機関検診があります。都合のよい方を選んで受診してください。

(両方を受けることはできません。)なお、がん検診は子宮頸部がん検診を除き、医療機関検診では行っておりませんのでご注意ください。

## 健康相談を

### 受け付けます

各保健センターでは、赤ちゃんからお年寄りまでの健康を支援するための事業を開催するとともに、保健師・管理栄養士がみなさまの健康に関する相談を受け付けています。お気軽にご相談ください。(土・日・祝日を除く)



① 集団検診  
(お近くの保健センター、公民館など)



② 医療機関検診  
(市が指定した医療機関)

#### ●相談窓口

- 七尾市保健センター(サンライフプラザ内) 53-3623
- 田鶴浜健康福祉プラザさつき苑 68-3230
- 中島健康福祉センター(すこやか) 66-8282
- 能登島総合健康センター 84-0066



## 講師のひとこと

さほファミリークリニック

院長 佐原博之先生

みなさん、自分は大丈夫だと思っていないませんか?最近、生活習慣病やメタボリックシンドロームの方が非常に多いです。健康診断は毎年必ず受け、自分の身体に関心を持ちましょう。



6月7日「肥満の予防について」

## 和倉地区

### 今年の目標は、高齢者の健康増進!!

和倉地区は、貧血、高脂血症の方が多いそうです。「けんこう七尾21」の計画に基づき、みんなが身体も心も健康で過ごせるようにと健康づくりに取り組み

ます。勉強会、ウォーキング、月2回の高齢者向けの体操などいろいろな活動を行います。今回は、和倉地区集団検診をお手伝いする三人の推進員さんをご紹介します。



左 小泉郁子さん



左 奥山洋子さん・右 中村朝子さん



今後の健康づくり計画を確認する推進員のみなさん