

# 女性のための骨粗しょう症検診の希望者を募集します

ID 1019012

いちのみや  
健康マイレージ  
対象事業です

※新型コロナウイルス感染拡大の状況によっては、事業を中止、延期する場合があります。

**対象者** 一宮市民の方で、平成14年・9年・4年・昭和62年・57年・52年・47年・42年・37年・32年・27年生まれの女性(令和4年中に20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の節目年齢になる女性)

**定員** 先着順受付700名(各日175名)

**一部負担金** 無料 **所要時間** 30~40分

**検診内容** 骨量測定(超音波によるかかとの骨密度測定)

**検診日**

日にち	ところ	時間
12月 6日(火)	北保健センター	午前9時30分~ 11時30分
12月 8日(木)	中保健センター	
12月 9日(金)	西保健センター	午後1時~3時
12月13日(火)		

※検診会場等は、上記の一覧表から選んでください。  
※検診の関係書類は11月下旬に発送を予定しています。  
※定員の都合上、ご希望に添えない場合がありますのでご了承ください。

**申し込み** ①または②の方法でお申し込みください。

①電子(スマートフォン・パソコン)で申し込み  
電子申請・届出システムを利用して申し込みできます。

右のコードを読み取るか、  
または市ウェブサイト **ID 1019012** から  
必要事項を入力してお申し込みください。



申し込み受付は、

11月1日(火) 午前8時30分 開始 【問い合わせ先】  
11月8日(火) 午後5時15分 終了 北保健センター

②ハガキで申し込み

ハガキに下記の内容を記入し、中保健センターまで期限内に届くようお申し込みください。

・氏名(ふりがな)、郵便番号、住所、電話番号、生年月日、年齢  
・第1希望~第3希望の検診日、検診会場、午前・午後・どちらでも  
※時間は、「午前・午後・どちらでも」から選択してください。

申し込み受付は、**11月1日(火)~8日(火)到着分** です。  
<あて先>

〒491-0076 一宮市貴船町3丁目2番地

一宮市中保健センター女性のための骨粗しょう症検診係

# 健康づくりの教室・講座のご案内

第2次健康日本21

いちのみや計画推進講座

ID 1042546

いちのみや  
健康マイレージ  
対象事業です

※新型コロナウイルス感染拡大の状況によっては、事業を中止、延期する場合があります。

開催月	令和4年12月、令和5年1月	令和5年2月、3月
申し込み開始日	令和4年11月1日(火)	令和5年1月5日(木)

※教室はすべて予約制です。申し込み開始日以降に  
担当の保健センターへ電話が直接お申し込みください。  
※同じ内容の教室は、年1回の参加となります。

いきいき 健康づくり講座 医師・歯科医師 による講話	日にち	時間	ところ申し込み	内容	定員	持ち物
	1月30日(月)	午後2時~ 3時30分	北保健 センター	やめて!腰痛・膝痛、こないで!肩こり ~その症状が出る前に~	30名	健康手帳、いちのみや 健康マイレージチャレ ンジシート(お持ちの 方)、マスク
2月9日(木)		中保健 センター	口腔ケアは健康への第一歩 ~歯周病は万病の元~	40名		

すっきり! 運動教室 保健師の健康講話と 健康づくりリーダーの 運動実技	日にち	時間	ところ申し込み	内容	定員	持ち物
	12月12日(月)	午後2時~ 3時30分	北保健 センター	汗をかいて脂肪を燃やす カラダを目指そう!	各20名	健康手帳、いちのみや健康 マイレージチャレンジシ ート(お持ちの方)、マス ク、バスタオルまたはヨ ガマット(お持ちの方) ※運動できる服装・靴 でお越しください。北保 健センターでは室内靴 が必要です。
	1月6日(金)	午前10時~ 11時30分	西保健 センター	若いのに 体力に自信がないあなたへ 体力UPをめざそう!		
2月3日(金)		中保健 センター				

※1月6日(金)の会場は尾西庁舎6階大ホールです。※血圧計をお持ちの方は自宅で血圧を測定してきてください。

※治療中の病気のある方は、主治医の許可をもらってからお申し込みください。

からだにやさしい 栄養教室 管理栄養士による 栄養講話	日にち	時間	ところ申し込み	内容	定員	持ち物
	12月19日(月)	午前10時~ 11時30分	西保健 センター	あなたの味つけ、濃い?薄い?	30名	健康手帳、いちのみや 健康マイレージチャレ ンジシート(お持ちの方) 、マスク ※希望される方は、ご自 宅のみそ汁等の汁物の塩 分濃度測定ができます。
	1月24日(火)		中保健 センター		40名	
	2月20日(月)		西保健 センター	30名		
3月10日(金)	北保健 センター		30名			

※12月19日(月)の会場は尾西庁舎6階大ホール、2月20日(月)の会場は尾西庁舎1階講堂です。

【問い合わせ】 健康支援課

中保健センターグループ  
☎72-1121

西保健センターグループ  
☎63-4833

北保健センターグループ  
☎86-1611