自分をもっと生き生きさせましょう

能代市ボランティアセンター ☎53－5180

訪問先でレクリエーションのお手伝いをし、その人たちに絵手紙を送り、人と人とのつながりや、関わりの大切さを学びます。

日時…
5月10日(火)　レクリエーション
5月13日(金)　ふれあいデイサービスセンター
5月17日(火)　絵手紙
午後1時30分～3時30分
場所…能代ふれあいプラザ内・2階会議室
受講料…無料
定員…20人（男女は問いません）
申し込み…4月18日(月)～

季節のおもてなし料理

働く婦人の家 ☎54－8210

～ひと工夫加えたお客様向けの料理をつくります～

対象…市内在住またはお勤めの人
日時…5月11日(水)　午前10時～正午
場所…働く婦人の家　**定員…**20人
費用…材料費として1000円程度
申し込み…4月19日(火)～電話で、働く婦人の家へ
（定員になり次第締め切り）

市民スポーツ教室

スポーツ振興係 ☎54－3607

「ウォーキング」
対象…一般
日時…5月11日～6月29日（毎週水曜日　全8回）午前10時～
場所…総合体育館ほか屋外
定員…20人

「親子チャレンジスポーツ」
対象…小学1～3年と親15組
日時…5月11日～6月1日（毎週水曜日）6月7日～28日（毎週火曜日）全8回　午後7時～
場所…総合体育館
★いずれも
費用…1人700円
申し込み…5月6日(金)まで

催し物

ゴールデンウィークイベント「昆虫の不思議ワールド」

能代エナジアムパーク ☎52－2955

日時…4月29日(金)～5月5日(木)
午前9時30分～午後4時30分
※5月2日(月)は臨時開館
入場料…無料
実施内容…
①昆虫の不思議ワールド
標本昆虫コーナー・昆虫不思議発見コーナー・体験コーナーなど。
②発電所バス見学ツアー
運行時間…午前11時～・午後2時～・午後3時～（各約30分）

■17年度の健康診査について

【検査項目と料金】

コース	検査項目 ＼ 検査料金		基本健診 1,890円	肺がん・結核 無料（40歳～） 肺がん検診	肺がん・結核 無料（40歳～） 結核検診	胃がん 1,470円 胃がん検診	子宮がん 1,260円（20歳～）（偶数年齢）月/水/金 卵巣検診含む	乳がん 40～49歳（偶数年齢）1,890円 50歳以上（偶数年齢）1,320円	大腸がん 1,050円 便潜血検査	骨粗しょう症検診 無料
総合A	男	4,410円	○	△	△	○			○	
総合A	女 50歳以上（偶数年令）	6,990円	○	○	○	○	○	○	○	○
総合A	女 40～49歳（偶数年令）	7,560円	○	○	○	○	○	○	○	○
総合A	女 39歳以下（偶数年令）	5,670円	○			○	▲		○	○
B	女（奇数年齢）	4,410円	○	△	△	○			○	○
消化器（女性のみ）		4,410円	○	△	△	○			○	○
婦人科	女 50歳以上（偶数年令）	4,470円	○	○	○		○	○		○
婦人科	女 40～49歳（偶数年令）	5,040円	○	○	○		○	○		○
婦人科	女 39歳以下（偶数年令）	3,150円	○				▲			○
呼吸循環器	男	1,890円	○	△	△					
呼吸循環器	女	1,890円	○	△	△					○
A	男	無料	★	△	△					
A	女	無料	★	△	△					○

対象年齢は、年度末年齢（18年3月31日での年齢）
△印は40歳以上、▲印は20歳以上

基本健診…身体計測・尿検査・血液検査〈19項目〉・血圧測定・眼底検査・眼圧検査・視力検査・聴力検査・肺機能・心電図
★印は身体計測・尿検査・血圧測定・眼圧検査・視力検査のみ
以下の検査は、単独では受診できません。

Aコース以外のコースと一緒に申し込みください

かくたん検査（840円）	50歳以上で喫煙または血たんのある希望者
肝炎ウイルス検診（840円）	40歳以上で以前に肝炎ウイルス検診を受けていない希望者
前立腺がん検診（420円）	50歳以上の男性希望者

※次の人は健診料金が無料になります。
・70歳以上の人
・身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳を持っている人
・生活保護法により生活扶助を受けている人
※次の人は健診料金の半額が助成されます。
・国保加入者で総合A・Bコースを受ける場合、男女35歳以上70歳未満および33歳の女性
◎乳がん検診は10月からの実施となります。

問合せ　保健センター　☎58－2838