



©Noshiro City



能代市ウオーキング  
推進キャラクター  
あーくん

# お知らせ

休みで  
良かった!



## 日曜がん検診

仕事のため平日に検診を受診することが困難な方などを対象に、日曜がん検診を実施します。

### 実施日

7月7日(日) 9月8日(日)	能代市保健センター ※申込受付中です(☎58-2838)
10月、11月、12月	能代厚生医療センター
令和7年 1月19日(日) 2月16日(日)	JCHO秋田病院 ※申込受付中です(☎52-3127) 受付時間:午前11時~午後4時

※厚生医療センターは実施日(各月1回)が決まりしだい、広報のしる等でお知らせします。

また  
受けます!



## 午後の乳がん検診

	JCHO秋田病院	能代市保健センター
日時	4月~3月(第2週まで)の毎週金曜日 午後1時30分~	6月~2月の第3水曜日 午後3時~
定員	各日10人	各日10人
費用	マンモグラフィ 40歳~49歳 1,500円 50歳以上 1,000円 ※乳房超音波検査は、JCHO秋田病院のみ 5,500円(各日3人要予約)	
申し込み	☎52-3127	☎58-2838

※申し込みは1週間前まで

※能代市保健センターでは、申し込み予約の際、大腸がん検診(家族分含む)の予約もできます。(費用1,050円)



## 健康チャレンジポイントに参加しませんか!

- **健診受診ポイント**【上限600ポイント】
  - ・ 特定健診受診で200ポイント
  - ・ がん検診1項目につき200ポイント
- **習慣改善ポイント**【上限600ポイント】
  - ・ 運動や生活習慣の改善につながる目標を立てよう。
  - ・ 取り組んだ日×5ポイント=取得ポイント
- **健康イベント&健康相談ポイント**【上限400ポイント】
  - ・ イベントやボランティアの参加回数×200ポイント
  - ・ 健診結果を持参して保健師に健康相談×200ポイント(要予約)

3つの項目にチャレンジして1,000ポイント貯めたら、もっくんポイントや全国共通商品券に交換できます。

**対象** 能代市在住の20歳以上の方

※パンフレットは公共施設などに配置しています



ポイントを加算して  
もっくんポイントや  
全国共通商品券を  
もらおう!