

# 住民健診が始まります

【問合せ】保健課 ☎773・6811

5月から住民健診が始まります。対象の行政区・日程などは、今号と同時配布の住民健診カレンダーで確認ください。1年に一度は健診を受けて、健康管理に役立てましょう。(申込みは随時受け付けます)

## 健診の流れ

### 実施通知書

住民健診の申込者には、健診日の約1か月前に、実施通知書を送付します。

実施通知書が届いたら、受付時間・料金などを確認しましょう。



### 健診の変更など

健診日の変更や健診項目の追加・取り消しなどの連絡は、保健課まで。(日程変更は、実施通知書が届く前も可)

例年5～7月が空いています。早めの変更をおすすめします。

#### 大腸がん検診を取り消したら

実施通知書に同封の検便容器(未開封のもの)の返却にご協力ください。

**返却先** 保健課、大和・塩沢市民センター、健診会場(健診実施日のみ)

### 健診当日～健診結果

- 当日は、記入した質問票をご持参ください。
- 社会保険加入者の被扶養者(40～74歳)で、特定健診を市の健診会場で受診する人は、保険者(協会けんぽなど)から送付された特定健康診査受診券と保険証(マイナンバーカードは不可)をご持参ください。
- 健診結果は、1か月～1か月半後に送付します。



# 南魚スポーツパラダイス

公益財団法人 南魚沼市文化スポーツ振興公社 スポーツ振興係

## ディスポート南魚沼

4月の休館日

毎週月曜日(29日を除く)

〒949-6611 南魚沼市坂戸372 ディスポート南魚沼内 ディスポート☎773・6620 スポパラ☎773・3210

### ①スポーツ教室「体育寺子屋(夏期)」

**期**5～10月の日曜日(全8回)  
**時**9:00～11:00 **対**小学生  
**定**40人(先着順)  
**費**会員:2,800円、一般:4,800円

### ②スラックラインクラブ

**日**5月～11月の第2・第4水曜日(全14回)  
**時**17:30～18:30 **対**小学生 **定**15人  
**費**会員:2,000円、一般:4,000円  
 ※都度、施設利用料100円が必要です(定期券可)

### ③チャレンジ水泳教室

**期**5月～10月の土曜日(全16回)  
**時**12:00～12:50  
**対**集団での教室受講が苦手(困難)な人  
**定**14人(先着順)  
**受講料** 会員:無料、一般:9,600円  
 ※都度、プール入場料が必要。(定期券可) 詳しくは、申込書をご覧ください

### トレーニングマシン使用法講習会

**日**4月14日(日) 12:00～13:30 ※別途、施設利用料300円が必要(定期券可)  
**対**中学生以上  
**定**6人(先着順) **申**ディスポート南魚沼  
**費**会員:無料、一般:200円 (電話申込み可)

#### 共通事項(①～③)

- 受付** 4月9日(火) 9:00～(電話申込み不可)
- 申** ディスポートに設置の申込書を記入し、料金を添えてフロントにお申し込みください。各教室とも定員に達し次第締め切り。
- 他** 保険料は、年会費・受講料に含まれます。(当該教室時のみ有効)

#### 南魚沼市体育施設

##### 小栗山サンスポーツランド(スケートパークを含む)

4月6日(土)オープン予定。パークシーズン券の先行申込受付を行います。

##### 他の屋外体育施設

5月1日(水)オープンに向け、順次準備を進めます。  
 ※残雪の状況により変更あり