

行ってこーわい!
愛媛の健診

年に1度の「けんしん」で健康をみつけよう!

病気の予防のためにできることは、まず「けんしん」を受けて自分のからだを知ることです。病気が見つかったらどうしよう…などと思わずに、年に1度の「けんしん」で健康を見つけましょう。

「けんしん」を受ける方・受けた方の声



健診費用を自分で全額払うとなると受けにくいです。

特定健診・後期高齢者健診は無料! 各種がん検診については全項目において補助をしています。



病気は早期発見の方がリスクは少ないと聞いたので健診を受けました。

例えば、がんは早期発見すれば90%以上が治ります。

※ここでいう「治る＝(治療)」とは、診断時からの5年相対生存率です。



私は実際に健康診断で病気が見つかりました。

日本人の死亡原因の半数近くを占める生活習慣病は自覚症状なく進行し、突然発症する怖い病気です。基本健診はこの予防を目的とした検査を1時間程度でまとめて受けられます。

けんしん(特定健診、後期高齢者健診、各種がん検診)を受けるにはどうすればいいでしょう?

まず
日程等を
確認

広報とべ2月号にけんしん案内を掲載します。日程や実施場所をご確認ください。

日程が
決まったら
予約

WEB予約 2月 1 日 田から
電話予約 2月 12 日 函から
※受付開始日が異なるのでご注意ください。

問 保健センター ☎ (962) 6888

ということだ

とべさんぽ



健康のためにも外に出よう!
今回は「とべぶん」こと松山南高
砥部分校周辺を散歩しました。



砥部分校のグラウンド横、砥部川のほとりに桜スポット発見! 陶板が貼られたサイコロ型の腰かけもあります。春が楽しみ!



誰かが置き忘れたボールが腰かけの上にポツン…。冬枯れの樹のそば、哀愁を感じました。



ウォーキング情報

三坂峠へと続く国道33号と広田地区へ続く国道379号の分岐点から分校の南側を歩いて国道33号と再び合流する地点まで約1,300m、30分ほど。途中、坂道になっていてすべりやすい箇所もあります。合流地点は三坂峠からの下りの車に注意。往路も復路も同じ道がおすすめです。

分校を横に見ながら進んでいくと住宅や事業所のある場所の奥に、自然に囲まれた道が続いていてちょっとした探検気分を味わえました!

国道33号

途中、砥部四国の札所があります。

分校入口に
陶街道スタンプ台あり

四国シキ
シマバン

熊野神社

合流時、注意!

道路幅が狭く、坂道です。
歩くときは慎重に。

今月号の表紙写真

砥部分校と障子山が一緒に画面に入るようレンズを向けました。今年はどんな年になるのか、期待を胸に一年がスタートします。