

上越市役所 〒943-8601 上越市木田1-1-3

☎025-526-5111 有線 ☎5111 (JHK) ●ホームページアドレス <http://www.city.joetsu.niigata.jp/>

- 安塚区 ☎025-592-2003
- 柿崎区 ☎025-536-2211
- 中郷区 ☎0255-74-2411
- 名立区 ☎025-537-2121
- 浦川原区 ☎025-599-2301
- 大湯区 ☎025-534-2111
- 板倉区 ☎0255-78-2141
- 南出張所 ☎025-525-4151
- 大島区 ☎025-594-3101
- 頸城区 ☎025-530-2311
- 清里区 ☎025-528-3111
- 北出張所 ☎025-544-2111
- 牧区 ☎025-533-5141
- 吉川区 ☎025-548-2311
- 三和区 ☎025-532-2323

健康診査

■こどもの健診

健診や相談会の日程は、健診会場や市役所などで配布している「乳幼児健診(日程表)」、市ホームページまたは上越市子育て応援ステーションホームページで確認してください。



上越市子育て応援ステーションQRコード

■成人の健診

各地区を巡回する集団健診のほか、施設健診があります。対象者や集団健診の日程は、上越市健康診査カレンダーや市ホームページで確認してください。

○12月の医師会での施設健診(要予約)

子宮頸がん、乳がん検診は必ず健康診査または、胃・大腸・肺がん検診と併せて申し込んでください。予約は、11月21日(金)以降に上越医師会(☎025-521-0507)へ。定員に達し次第、受付を締め切ります。下の表の()の数字が定員です。なお、健(検)診により、受付時間が異なりますので、予約時にご確認ください。

実施日	受付時間	健診	子宮	乳	会場
5日(木)	13:00~14:30	○(60)	○(20)	○(40)	上越医師会館
18日(木)	13:00~14:00	○(40)			妙高健診室
19日(金)	9:00~10:30	○(60)	○(20)	○(40)	上越医師会館
	13:00~14:30	○(60)	○(20)	○(40)	
21日(土)	9:00~10:30	○(60)	○(20)	○(40)	上越医師会館
	13:00~14:30	○(60)	○(20)	○(40)	
25日(火)	9:00~10:30	○(60)	○(20)	○(40)	上越医師会館
	13:00~14:30	○(60)	○(20)	○(40)	
26日(水)	9:00~10:30	○(60)			
27日(木)	9:00~10:30	○(60)			

○がん検診申込モバイル受付サイト

携帯電話やパソコンから、いつでもがん検診を申し込むことができます(集団健診のみ可能で、施設健診の申し込みはできません)。



がん検診申込モバイル受付サイトQRコード

■12月の健診結果説明会

自身の体の状態を理解するため、健診結果の見方を説明します。どなたでも参加できます。当日、健診結果をお持ちください。

実施日	受付時間	会場
4日(木)	9:15~9:30	教育プラザ
6日(土)		ラーバンセンター
14日(金)		上越保健センター
17日(日)		

■12月の献血バスの日程

皆様のご協力をお願いします。

実施日	受付時間	会場
4日(木)	10:00~11:45 13:00~16:00	イオン上越店・アコーレ
16日(土)		
18日(日)		
23日(金)・(祝)		
29日(土)		
14日(金)	14:00~16:00	(株)丸互 研修センター

問合せ…健康づくり推進課(☎025-526-5111、内線1706)

上越清里星のふるさと館の
冬期休館

12月1日(土)から平成31年3月31日(日)まで休館します。残り数日となりませんが、4K対応の最新デジタルプラネタリウムや県内一の大型望遠鏡で、秋の星座をお楽しみください。



上映中の番組

▼問合せ…上越清里星のふるさと館(☎025・528・7227)

12月分の都市ガス料金

原料費調整制度による12月分の都市ガス料金(一般契約料金)は下記のとおりです。今回の調整では、7月~9月のLNG等平均原料価格(貿易統計値)が前月分算定期間の平均原料価格に比べ上昇しましたが、上越市ガス供給条例で規定する上限額を超えているため、前月検針分と同額となります。

使用量区分	1m当たりの単価(税込)
0~25m ³	124.36円
26~250m ³	122.63円
251m ³ 以上	121.76円

※基本料金は変わりません。

▶問合せ…ガス水道局総務課(☎025-522-5518)

健康づくりポイントの応募はお早目に

18歳以上の市民の皆さんを対象に「健康づくりポイント事業」を実施しています。



健康診査やがん検診の受診、ウォーキングやスポーツイベントの参加など、健康

につなげる取り組みをする毎にポイントが付き、合計15ポイント以上を貯めて応募すると、応募者全員が市温浴施設等の入浴券をもらえるほか、応募者の中から抽選でメイド・イン上越認証品などが当たります。

応募方法など詳しくは、広報上越の本年5月1

日号と一緒に全戸配布したチラシまたは、市ホームページをご覧ください。応募の締切は平成31年3月11日です。楽しみながら健康づくりをして、健康な生活習慣を手に入れましょう。



健康づくりポイント事業(市ホームページ)

問合せ…健康づくり推進課(☎025-526-5111、内線1164)