

健康診査

●こどもの健康診査

乳幼児健康診査や離乳食相談会の日程は、母子健康手帳アプリ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。



母子健康手帳アプリ
の登録はこちら



上越市子育て応援
ステーション

●成人の健康診査、各種がん検診

年に一度は健（検）診を受け、自分の体の状態を確認しましょう。

場所 令和4年度は日時と会場を指定しています

令和2年度または令和3年度に、市が実施した健康診査を受けた人には、3月下旬に案内はがきを郵送しています。（受診券は、健（検）診日の2週間前頃に届きます。）

詳しい日程は、広報上越4月号と併せて配布した「上越市健康診査カレンダー」をご覧ください。

対象者

健康診査	特定健康診査	40歳以上の上越市国民健康保険加入者
	市民健康診査	職場などで受診する機会がない18～39歳の市民
	後期高齢者健康診査	後期高齢者医療制度加入者
がん検診	胃がん、大腸がん、肺がん、肝炎ウイルス	40歳以上
	前立腺がん	50歳以上の男性
	子宮頸がん	20歳以上の女性
	乳がん	40歳以上の女性

申 日時の変更・新規予約は、健（検）診日の3週間前まで

申込方法	会場	申込先
インターネット (24時間対応)	すべての会場	上越市健康診査・がん検診予約システム (右の二次元コードから予約システムに アクセスできます)
電 話	上越医師会館 妙高健診室	上越医師会（平日午前9時～午後4時、☎025-521-0507）
	公民館や体育館など	健診専用ダイヤル（平日午前8時30分～午後5時15分、 ☎025-521-6231、6233）または各総合事務所

●健康診査の結果説明会（事前予約制）

自分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ています。

問 健康づくり推進課（☎025-520-5842）

8月の献血バスの日程

実施日	受付時間	会 場
2日☽	10:00～12:00	イオン上越店
21日◎	13:30～16:00	（毎月第1火曜日と第3・4 日曜日に実施しています）
28日◎		
10日☽	10:00～11:30	株式会社丸互
10日☽	13:30～15:30	大潟コミュニティプラザ
26日☽	10:00～11:45	日本曹達株式会社 二本木工場
	13:00～15:30	

▶ 問合せ…健康づくり推進課（☎025-520-5712）

熱中症に気を付けましょう

気温の高い日が続きますが、小まめに水分補給をする、暑さを避ける、屋外でマスクの必要がない場面では外すなど、十分な対策をとってください。



詳しくは



楽しみながら地球温暖化対策にチャレンジ

新潟県では、地球温暖化対策として、2050年までの温室効果ガス排出量実質ゼロを目指して「2050新潟カーボンゼロチャレンジ」を進めており、市も連携して取り組みを行っています。

温室効果ガスの排出を少しでも抑え、将来の世代に自然豊かな環境を引き継いでいくために、私たちができる取り組みにチャレンジしてみませんか。

新潟県の「脱炭素ポータルサイト」では、温暖化対策につながる身近な行動や豆知識を集めた「にいがたゼロチャレ30」や環境クイズ「グリーンレルヒさんと一緒に脱炭素を学ぼう！」などを掲載しています。

温暖化対策について、楽しみながら取り組める専用アプリもありますので、ぜひご利用ください。



（ゼロチャレ30の取組例）



脱炭素
ポータルサイト



ゼロチャレ30



Apple
ゼロチャレアプリ



アンドロイド
ゼロチャレアプリ