

## コロナ禍でも健康維持を

### 活動量計利用者募集中

●問い合わせ先 秘書政策課 ☎(248)1028

昨年10月10日から1月7日にかけて、バーチャルウォーキング大会を開催しました。コロナ禍においても新型コロナウイルス感染症予防の対策を取りながら気軽に運動ができるよう、活動量計を装着してバーチャルで競い合う健康イベントとして企画し、市民など479人が参加しました。

期間中に1日5,000歩を超える歩数を30日間以上歩くことを目標と



① ヴィーブルくんも元気に参加しました  
② 血圧や体組成のデータも取り込みます  
③ スマホアプリで活動量を閲覧



#### 活動量計の利用者を募集しています

バーチャルウォーキング大会で使用した活動量計とアプリが月額1,100円(税込)にて利用できます。歩数や体重、体脂肪率、血圧などのデータが管理でき、運動を通してポイントを貯めて商品との交換もできます。詳しくはコレカラダ ☎321-6370まで



活動量計

し、全体の70%、336人が見事達成しました。

参加者からは「無理なく継続でき、結果もアプリで簡単に確認できてよかった」「ランキングがモチベーション継続に役立った」などの感想が寄せられました。

## 令和3年度

### がん検診申込票を発送しました

●問い合わせ先 健康づくり推進課 健康推進班 ☎(248)1173

がん検診申込票を30歳以上の人がいる世帯に発送しています。世帯全員分を記入し、2月26日(金)までに提出してください。

なお、令和2年度以前に「申込票不要」で提出した人や世帯には送付していません。必要な場合はお尋ねください。

検診名	内容	対象年齢 (令和3年 3月31日時点)	自己負担額(予定)	
			74歳以下	75歳以上
胃がん検診	胃エックス線検査 (バリウム使用)	31歳~79歳	1,600円	500円
大腸がん検診	便潜血検査	31歳以上	500円	200円
腹部超音波検査			1,300円	1,200円
骨粗しょう症検診	前腕部の骨密度測定	40歳以上	1,100円	400円
胸部レントゲン検査	肺がん・結核	40歳以上	64歳以下 65歳以上	600円 無料
子宮頸がん検診	内診・子宮頸部細胞診	31歳以上	1,300円	400円
乳がん検診	マンモグラフィ・乳房超音波検査	女性 40歳以上	1,900円	600円
	乳房超音波		1,000円	300円
オプション	甲状腺超音波 (乳がん検診受診者のみ)	31歳以上	1,650円	1,650円
大腸ファイバー検診	S状結腸内視鏡検査	31歳以上	2,100円	
	便潜血検査		500円	200円
子宮頸がん施設検診※	問診・内診・ 子宮頸部細胞診	20歳以上	600円~1,700円	
乳がん施設検診	問診・マンモグラフィ 検査または視触診・ 乳房超音波検査	31歳以上	500円~2,600円	

※20歳代の受診方法については、広報6月号でお知らせする予定です

## 熊本連携中枢都市圏地球温暖化対策実行計画(素案)に関する

### パブリックコメントを実施します

●問い合わせ先 環境衛生課 ☎(248)1202

熊本連携中枢都市圏では、地球温暖化対策を推進するため、熊本連携中枢都市圏地球温暖化対策実行計画(素案)のパブリックコメントを実施します。

そこで、この熊本連携中枢都市圏地球温暖化対策実行計画(素案)への意見を、皆さんから募集します。

▼名称  
熊本連携中枢都市圏地球温暖化対策実行計画(素案)

▼応募資格  
次のいずれかに当てはまる人  
・本市に居住する人  
・本市に勤務し、または通学する人  
・本市で事業を営む人、または活動する人

#### ▼応募期間

2月8日(月)~3月5日(金)必着

▼素案・意見提出用紙の入手方法  
市ホームページに掲載しています。また、市役所情報公開コーナー、環境衛生課窓口でも閲覧・入手できます。



#### ▼応募方法

意見提出用紙に、住所、氏名、電話番号、意見を明記の上、直接お持ちになるか、郵送、ファクス、Eメールのいずれかで提出してください。西合志総合窓口(御代志市民センター)、泉ヶ丘支所、須屋支所でも提出できます。

#### ▼意見の公開

個人情報については公開しません。いただいた意見については、概要とともに熊本連携中枢都市圏における考え方を公開しますが、個別には回答いたしませんので、あらかじめご了承ください。

#### ▼個人情報の取り扱い

個人情報情報は、パブリックコメントの意見内容の確実性および有用性を担保することを目的として収集するものですので、目的の範囲を越えて利用することはありません。

#### ▼提出先

〒861-1195 竹迫2140  
合志市役所 環境衛生課  
☎ kankyo@city.koshi.lg.jp  
☎ (248)1196

## クラッシーノ News

### クラッシーノ・マルシェのいちごフェア

今が旬のおいしいイチゴが大集合。毎朝、新鮮なイチゴが豊富に入荷しています。熊本のイチゴを使ったジャムやお菓子も揃えました。



### くまもとグリーン農業シールキャンペーン 3月1日(月)~31日(水)

店内の野菜・果物に貼ってある専用シールを5枚集めると抽選でお肉や海産物が当たります。さらに100円の割引券としても利用できます。

クラッシーノ・マルシェ (営業時間 午前9時~午後7時)  
定休日 2月は休まず営業します(変更になる場合もあります)  
生産者(野菜・果物・弁当・加工品などの出荷者)募集中

問い合わせ先  
一般社団法人 クラッシーノこうし  
TEL 342-5554 FAX 342-5550  
ホームページ http://www.klassino-koshi.jp



## ユूपレス弁天

### 2月11日から全施設の営業開始

施設改修工事が完了し、全施設の営業を開始します。2月11日からプール、トレーニングジムを含めたすべての施設が利用できます。

### 営業時間変更のお知らせ

新型コロナウイルス感染予防の一環として、1月より営業時間を当面の間、変更します。皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。(変更後)営業時間 午前10時~午後10時

### 今月の休館日 2月8日(月)~10日(水)・25日(木)

※2月8日(月)~10日(水)は全施設営業再開に向けた準備のため臨時休館となります。

営業時間  
温泉/午前10時~午後10時  
プール/午前10時~午後9時  
トレーニングジム/午前10時~午後9時(日曜は午後7時まで)  
レストラン/(月~木曜日)午前11時~午後3時  
(金・土・日・祝)午前11時~午後3時  
午後5時~9時

問い合わせ先 野々島2441-1 ☎348-2626  
ホームページ http://www.u-benten.jp/

