

## ○今年度初めのご挨拶と自己紹介

緊急事態宣言が解除され、第1回目の「健康づくり推進委員会」を行うことができました。感染予防対策をとり、各グループからは1名の参加でお願いし、15名の参加がありました。自己紹介の後、推進委員会の活動の目的とスローガンの確認を行いました。



11月1日～12月28日の間、区役所正面玄関横に下記スローガンの幕を懸垂します。区役所の近くに来られた際は、ぜひ見てください。身近な方にもお伝えください！

## ○グループの活動状況について

各グループの活動状況について共有しました。今年度も新型コロナウイルス感染対策の影響で、多くのグループで例年の活動ができない状況でした。10月から再開されているグループが多かったです。また、緊急事態宣言中も感染対策を取りながら活動を継続されていたグループもありました。



## ○スマホやパソコンの利用の方法についてお伝えしました！

R3年3月～6月までの間、南保健センターのホームページ内にある「健康づくり自主活動グループ」の閲覧数は360回以上でした。たくさんの方が皆さんの活動紹介をご覧になっています。

今回は保健センターのホームページや南区動画チャンネルの検索・閲覧方法の紹介をしました。みなさんもぜひ一度アクセスしてみて、「ホームページのグループ写真や内容を変更したい！」「動画チャンネルで活動を紹介したい！」と思われるグループは、ぜひ推進委員会担当まで声をかけてください！



## ○保健センターからの情報提供

今回は  
①受けようがん検診の冊子  
②12月11日の「肺がん・結核検診&姿勢測定」の紹介をさせていただきます。身近な方にもぜひがん検診を進めてください。



**土曜開催** 最近、健康状態が気になるあなたに！

**肺がん・結核検診&姿勢測定**

がんは日本の死亡原因の第1位で、定期的に検診を受けることが大切です。今回は肺がん検診を受けると、同日に姿勢測定も受けることができます！ぜひこの機会に検診を受けて、健康状態をチェックしましょう！

**日時** 令和3年12月11日(土)  
①10時～11時30分 40人  
②13時～14時30分 40人

**場所** 南区役所

**対象** 40歳以上の堺市民

**内容**  
(1) 肺がん結核検診  
胸部レントゲン、たんの検査  
※呼吸器科の専任で、喫煙歴(タバコ)1日1本・喫煙年数11-60歳以上の方  
(2) 姿勢測定 (40分)  
測定器の前に立ち、体のバランスやゆがみをチェック

**費用** 無料！ 予約 必須！

お申し込みは **がん検診総合相談センターへ**  
お申し込み期間は11/2(火) 9時～  
TEL: 072-293-4616  
FAX: 072-293-4636  
※受付時間: 9時から20時まで  
(12月2日時から1月3日まで)

検診案内は検診日の10日前後に送付します。  
また、受付時間は検診案内に記載されています。

作成: 南保健センター 印刷: 南保健センター TEL: 293-1222 FAX: 296-2822

## ○令和3年度の推進委員会について

令和3年度のスケジュールの確認をしました。新型コロナウイルス感染症を考慮し、ふれあいまつりや活動体験講座は中止になります。

次回 第2回健康づくり推進委員会は  
12月13日(月) 13:30～  
4階保健センター

**12月11日(土)に開催します！(肺がん・結核検診・姿勢チェック)**  
今年度、肺がん検診をまだ受けていない方はチャンス！  
みなさまのご参加お待ちしております。

南区健康づくりスローガン

「検(健)診と減塩は  
健康寿命の秘訣なり」

南区健康づくり推進委員会・南保健センター  
問合せ：堺市南保健センター  
電話：072-293-1222  
FAX：072-296-2822