

「自分の健康は自分で守ろう」 「健康づくりを地域ぐるみで進めよう」

— 保健委員スローガン —

保健
講座

合計112回 延べ5,146人が参加!!

瀬戸谷支部
本郷町内会



ウォーキングサッカーを通しての健康づくり

稲葉支部
谷稲葉町内会



ヨガ・ツボマッサージを取り入れた健康体操

葉梨支部



ユニバーサルマナー

広幡支部
仮宿町内会



眼ヨガ・指ヨガでリフレッシュ

西益津支部



薬に関する身近な問題

藤枝第1支部
第3自治会



日本舞踊健康実践講座～藤枝大祭り長唄地踊り～

藤枝第2支部



いつまでも元気に過ごすための体づくり
～今日から転倒予防を始めよう～

青島第1支部
第9自治会



体操と折紙は脳力貯筋

青島第2支部



今すぐ活用できる健康づくりの秘訣～野菜のトリセツ～

高洲支部
第2北自治会



ミニトランポリンウォーク

大洲支部



歯と健康について

岡部支部
第2自治会



2度の災害医療支援に参加して～脳神経医の話～

裏面は…『未来を守る、今的一步。』

[発行] 令和8年3月 [編集] 藤枝市保健委員連絡協議会 保健委員だより編集委員会
[事務局] 健康推進課(保健センター内) [TEL] 054-645-1111 [FAX] 054-645-2122
[E-mail] hokencenter@city.fujieda.shizuoka.jp

20歳以上の女性の人は子宮がん検診を受けましょう!



2 1
4 3



© 2024 藤枝市立総合病院

作 吉本どんど



未来を守る、今の一歩。

だからこそ
二年に一度
子宮を守る
がん検診が
必要です!



子宮頸がんは、20歳代後半以降から増え、特に、30〜40歳代で近年増加傾向にあるがんです。早期のうちにはほとんど自覚症状がありません。



GO!! がん検診

40歳以上の人は特定健診を受けましょう!



特定健診は、生活習慣病の予防や早期発見を目的とした健診です。ご自身の健康状態を確認するため、年に一度の健診をおすすめします! 詳しくはご加入されている医療保険者にお問い合わせください。



藤枝市立総合病院



藤枝市保健センター