

第18回 ウォーキング大会 参加者募集

申込締切：4月21日(木)



日時 2022年5月14日(土) ※荒天中止
集合場所 阪急夙川駅 10時00分集合(14時30分頃解散予定)
コース 阪急夙川(スタート)～西宮神社～旧西宮砲台跡～新西宮ヨットハーバー(昼食)～芦屋浜へ・陽光公園～潮風大橋～芦屋川河川敷～阪神芦屋駅(ゴール)

募集人員 50名程度
持ち物 弁当・飲み物・タオル・その他各自必要な物
服装 軽い運動ができる服装、ウォーキングシューズまたははきなれた靴

参加資格 会員とその家族、または会員を含むグループ(5名程度)

参加費用 無料

申込方法 ハッピーパックホームページの会員専用サイト、またはFAX
 ※参加人数・参加者名・年齢も必ずご記入ください。

*お申込みいただいた方には後日ご案内をお送りいたします。(4月下旬頃発送予定)

今回は、新緑の西宮浜から芦屋浜へ潮風を感じながら歩くコースです。夙川から西宮ヨットハーバーを通り、阪神芦屋までの約11kmを歩きます。歩きやすいコースですので、初心者の方にもおすすめです。



新型コロナウイルス感染防止対策についてご協力をお願い

◇大会当日は、受付時の検温実施と健康チェックリストをご提出いただけます。また37.5度以上の発熱や体調のすぐれない方はご参加できません。感染が疑われる症状のある方もご参加をお控えください。

◇必ずマスクのご持参・ご着用をお願いします。また、手指消毒品他ご必要な物をご自身にてご用意ください。

◇その他詳細につきましては、事前にお送りする参加についてのご案内にてご確認ください。

新型コロナウイルス感染予防対策等により、大会の開催が中止になる場合がございます。予めご了承ください。

健康通信 Vol.285

「がん検診」を定期的に受診しましょう！

2人に1人ががんになり、男性では4人に1人、女性では6人に1人ががんで命を落としています。がんは初期の段階では、ほとんど自覚症状がありませんが、検診で早期に発見して治療すれば、治る確率が高くなります。定期的に検診を受診してご自身の健康管理をしましょう！

「神戸市がん検診」(70歳以上の方等は無料です。)

検診名	対象者	受診場所	自己負担額	申込方法※
胃がん検診(胃内視鏡)	当年度に50歳以上の偶数歳の誕生日を迎える方	指定医療機関	2,000円	指定医療機関へ直接申込
胃がん検診(バリウム)	40歳以上の方	検診車(地域巡回)	600円	WEBもしくは検診機関(Tel871-7758)へ電話予約(定員あり)
肺がん検診		指定医療機関	1,000円	指定医療機関へ直接申込
大腸がん検診		①郵送方式(11月～2月) ②集団健診とセット受診が可能な場合あり	500円	①郵便局、コンビニでの支払(10月～2月申込受付) ②集団健診の予約時に申込
子宮頸がん検診	当年度に20歳以上の偶数歳の誕生日を迎える女性	指定医療機関	1,700円	指定医療機関へ直接申込
乳がん検診	当年度に40歳以上の偶数歳の誕生日を迎える女性	①指定医療機関 ②検診車(地域巡回)	40歳代 2,000円 50歳以上1,500円	①指定医療機関へ直接申込 ②WEBもしくは検診機関(Tel871-7758)へ電話予約(定員あり)

※各検診のWEB申込は右のQRコードから(実施医療機関一覧・集団健診の日程などもご確認いただけます)

お問合せ先

神戸市けんしん案内センター ☎262-1163 FAX262-1165 (受付時間8時30分～17時 土日祝除く)
 神戸市けんしん問合せチャットボット (24時間対応)



申込方法



チャットボット