

令和3年9月1日（水）スタート！

はこだて健幸LINE公式アカウント 友だち募集中！

機能1 函館市の様々な健康づくり情報を発信します！

健康診断・検診



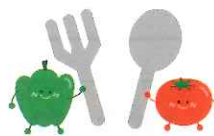
感染症対策



健康づくり
イベント



食育



熱中症予防



病気・死因のほとんどが**“生活習慣”**によるものです。

(代表的症例) 高血圧症, 糖尿病, 脂質異常症, 大血管障害

(主な死因) がん, 心疾患, 肺炎, 脳血管疾患

機能2 スタンプラリーを楽しもう！ ※詳しくは裏面を

健康づくりでスタンプを貯めて**“はこだて健幸応援店”**で
利用できるお得なクーポンGet！

『友だち登録』で特典をプレゼント

特典1 スタンプ1コGet！

特典2 けんしんを受診すると…

函館市医師会 提供 ※医師会健診検査センター限定

健康診断受診時に「尿中アルブミン検査」を無料

糖尿病の合併症である糖尿病性腎症は、重くなると腎不全となり人工透析が必要となる
ことがあります。この検査で糖尿病性腎症を早期発見しましょう。

函館歯科医師会 提供

**歯科健診受診時に「口臭測定・カリエスリスク検査半額券」を
プレゼント**

年齢問わず、日頃からの口腔ケアは非常に重要です。特に高齢者に多い、食べ物や細菌の
肺への侵入による誤嚥性肺炎の防止にもつながります。

【友だち登録方法】

LINEの「友だち追加」で、①右記のQRコードを読み取る。

②「函館市」or「hakodate_pr」を検索



スタンプラリーの参加方法

Step 1 スタンプを10個ためてクーポンをGetしよう！

- ① はこだて健幸応援店で『はこスマセット』を食べる。
※『はこスマセット』とは、栄養バランスに配慮してお店が提供するメニュー **【スタンプ 1コ】**
- ② 健康診断やがん検診，歯科健診等を受ける。 **【スタンプ 2コ】**
- ③ はこだて市民健幸大学の講座やイベント等に参加する。 **【スタンプ 1コ】**

Step 2 クーポンを はこだて健幸応援店 で使おう！

はこだて健幸応援店から「おいしいプレゼント」！

～函館の健康を応援する～ はこだて健幸応援店

令和3年7月31日現在

グランポルト函館	やさいばーみるや
中国料理 桃華	3 valley
らーめんmaido	地元家
チャイナダイニング鳳凰	鮭ひろ季
そばと酒 柏木町三貞	レストランnana-papa
中国料理 香港	グリーンリーフ
Kitchenハレの日	尾木カレー
国際ホテル アゼリア	幸寿司
茶蔵	

お店は、このステッカーが目印



<対象となる各種健康診査>

- 健康診断（健診検査センター・指定医療機関）
- がん検診（健診検査センター・指定医療機関）
 - ・肺がん検診・胃がん検診・大腸がん検診
 - ・乳がん検診・子宮がん検診
- 妊産婦および成人歯科健診（口腔保健センター）
歯周病検診（指定医療機関で受診）

<はこだて市民健幸大学>

『みんなde健幸づくり』の講座やイベント等

※詳細は、ホームページで随時更新します。



函館市保健福祉部健康増進課

TEL : 0138-32-1515

医療機関等へのお問合せは、ご遠慮願います。

詳しくはホームページを
ご覧ください。

