

総合健診と選ぶ健診の申込受付中!

総合健診(ミニ人間ドック)

20歳以上の津奈木町国民健康保険加入者が対象です。(予約制)

《検査項目》

特定健診、がん検診、超音波検診をセットで受けられます。

選ぶ健診

次の検査項目から受けたい健診を組み合わせで選べます。

《検査項目》

特定健診、後期高齢者健診、肺がん検診、喀痰検査、胃がん検診、大腸がん検診、前立腺がん検診、子宮頸がん検診、乳がん検診、腹部超音波検診、肝炎ウイルス検査

▶申込方法 **10月15日(木)**までにほけん福祉課へ申し込み

総合健診・選ぶ健診日程 (選ぶ健診は地区で日時が異なります。)

新型コロナウイルス感染防止対策として、受付時間あたりの**来場人数を制限**して行います。

対象地区の順番でご案内しますが、申込人数で同じ地区でも受付時間が前後することがあります。

毎年10月は、がん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン月間です。併せて受診をおすすめします。



	健診日	場所	対象地区	時間
総合健診	11月1日(日)	平国コミュニティセンター	(事前予約制)	10:10 ~
	2日(月)	つなぎ文化センター		8:00 ~
選ぶ健診	11月1日(日)	平国コミュニティセンター	平国下・辻	① 8:00 ~ 8:20
			平国上	② 8:30 ~ 8:50
			福浦	③ 9:00 ~ 9:20
	3日(火)	つなぎ文化センター	倉谷	① 8:00 ~ 8:20
			町中・丸岡	
			中尾	
			古中尾・内野	
			上下門	
	4日(水)	つなぎ文化センター	新川・古川	② 8:30 ~ 8:50
			大泊	③ 9:00 ~ 9:20
			日当・川内	④ 9:30 ~ 9:50
			日添	⑤ 10:00 ~ 10:20
			小津奈木	⑥ 10:30 ~ 10:50
	5日(木)	つなぎ文化センター	竹中	⑥ 10:30 ~ 10:50
染竹				
桜戸				
浜崎				

※7月に申し込んだ人は、10月中旬頃に自宅へ問診票を郵送します。今回の追加申し込みの人は10月下旬に郵送。

目指せスマート!



自分の生活習慣を見直すチャンス!
特定健診・保健指導

問ほけん福祉課保険班・福祉班

☎78-3115 (内122・124)

なぜ特定健診を受ける必要があるの?
日本人の生活習慣などの変化で、近年は糖尿病などの生活習慣病の有病者・予備群が増加しています。これが原因で死亡する人は、全体の約40%にのぼると推計されています。

保健指導で生活習慣改善をサポート
特定健診は、腹囲の計測と血液のデータからメタボリックシンドローム(メタボ)をチェックし、高血圧・糖尿病・脂質異常症などの生活習慣病をいち早く見つける検査です。偏食や運動不足など、長年身に付いた生活習慣。その習慣を続けると、何の自覚症状もなく動脈硬化が進み、心臓病や脳血管疾患などを発症する可能性が高くなります。生活習慣病は自覚症状が出にくいので、気付かないうちに状態が悪化してしまいます。普段から一年に一回特定健診を受け、身体や血管の状態を調べるのが大切です。

受診するには?
受診後は、健診結果をつづった「わたしの健康ノート」が受診者へ渡されます。生活習慣病のリスクが高い人には、保健師などが健診結果について、なぜデータが上がったのか、生活状況を聞きながら一緒に考えていきます。

健康な未来のために
受診するためには、原則申し込みが必要ですが、上記日程を確認してから、ほけん福祉課へ申し込んでください。社会保険の被扶養者も受診できます。集団健診で受診できるかは、各保険者にお問い合わせください。

受診率は年々上昇中!
本町の特定健診受診率は年々上昇していますが、国の目標値60%には達成していません。これからも新規受診者の増加やリピーター確保に努めていきます。
《特定健診受診率の推移(町)》

H27	39.9%
H29	42.6%
R1	56.6%
国目標値	60.0%

※受診率(%) = 受診者数 / 対象者数

自分の健康状態を知り、生活習慣を見直す良い機会です。一年に一回、特定健診を受けましょう。