

健康だより

記載なしは原則圏保健医療センター ☎77・1133

※記事中の「保存版あやせ健康だより」は3月に全戸配布しています。届いていないときは保健医療センターへ

あやせ24時間健康相談 医師や保健師などが、心や体の健康相談に24時間応じます。フリーダイヤル ☎0120・1192・61。

■胃・大腸・肺・乳・子宮がん検診 5つの検診を同時に受診できます

6月10日(土)保健医療センター。市内在住の方対象(詳細は下表参照)。受診券(5月下旬郵送)、受診票など持参(検診日の1週間前までに郵送)。☎5月2日~24日の8時30分から同センター ☎77・1133、77・1111(検診申し込みの旨を申し出てください)か直接(申込順)。70歳以上の方、生活保護・市民税非課税世帯の方などは費用が免除されるので、詳しくは保存版あやせ健康だよりを見てください。

項目	受付時間	定員	費用	対象者 〔①年齢(来年3月31日現在)②性別〕
A 胃・大腸・肺・子宮・乳	視触診とマンモグラフィ2方向	30人	5500円	①40~49歳の偶数年齢②女性
	視触診とマンモグラフィ1方向		5000円	①50歳以上の偶数年齢②女性
B 胃・大腸・肺	男性①8時30分②9時	40人	2200円	①40歳以上②不問
C 胃	女性①9時30分②10時	30人	1100円	
D 大腸	③10時30分	50人	500円	
E 肺	※女性肺のみ④13時⑤14時	50人	600円	
F 子宮(器具挿入の細胞診)		80人	900円	
G 乳	視触診とマンモグラフィ2方向	50人	2400円	①40~49歳で偶数年齢②女性
	視触診とマンモグラフィ1方向		1900円	①50歳以上で偶数年齢②女性
H 乳エコー(超音波)		80人	900円	①30~39歳②女性

※申し込み開始日は、電話がつながりにくいことがあります ※マンモグラフィは、授乳中、生理前1週間~終了に受診できないほか、断乳後約6か月は受診できない場合があります ※乳がん検診は、ペースメーカー使用者、乳房内に注入物がある方の受診ができません ※大腸がん検診は生理中の受診ができません ※各項目につき4月~来年3月に1回の受診です ※検診車での検診時のみ、未就学児対象の保育があります(事前相談要)

■肝炎ウイルス検査・前立腺がん検診

特定健康診査の追加項目として、肝炎ウイルス検査と前立腺がん検診を実施しています。社会保険などの被保険者と被扶養者が、保険者の行う特定健康診査で2つの検診を受診できないときは、単独で受けることができます。▶期間 来年3月31日まで▶場所 委託医療機関(保存版あやせ健康だより参照)▶対象▷肝炎ウイルス検査 40歳の方▷前立腺がん 50歳以上で男性の方▶費用 70歳以上の方は無料。70歳未満は肝炎ウイルス検査600~1200円(項目により額相違)、前立腺がん検診1000円。生活保護・市民税非課税世帯の方は費用を免除するので、必ず受診前に印鑑持参で保健医療センターへ来所▶持ち物 保険証▶その他 肝炎ウイルス検査は、40歳から5歳ごとで65歳までの方へ、5月下旬に受診勧奨通知を送付します。受けたことがない方は、同封の受診券により無料で受診できます

■胃・大腸・肺がん検診

6月13日(火)保健医療センター。市内在住で来年3月31日現在40歳以上の方対象。受診券(5月下旬郵送)、受診票など持参(検診日の1週間前までに郵送)。☎5月9日~29日の8時30分から同センター ☎77・1133、77・1111(検診申し込みの旨を伝えてください)か直接(申込順)。70歳以上の方、生活保護・市民税非課税世帯の方などは費用が免除されるので、詳しくは保存版あやせ健康だよりを見てください。

コース	A胃・大腸・肺	B胃・大腸	C胃	D大腸	E肺
定員	50人	30人	30人	40人	35人
費用	2200円	1600円	1100円	500円	600円
受診開始時間	男性①8時30分から②9時から 女性①9時30分から②10時から③10時30分から				

※申し込み開始日は電話がつながりにくいことがあります ※大腸がん検診は生理中の受診ができません ※各項目につき4月~来年3月に1回の受診です

■がん個別勧奨通知(受診券)送付

今年度からがん検診個別勧奨通知を5月下旬に送付します。検診を受ける際は同封の受診券が必要となります。詳しくは同封の案内を見てください。

■乳・子宮がん検診

6月20日(火)保健医療センター。市内在住の女性対象(詳細は下表参照)。受診券(5月下旬郵送)、受診票など持参(検診日の1週間前までに郵送)。☎5月10日~31日の8時30分から同センター ☎77・1133、77・1111(検診申し込みの旨を伝えてください)か直接(申込順)。70歳以上の方、生活保護・市民税非課税世帯の方などは費用が免除されるので、詳しくは保存版あやせ健康だよりを見てください。

コース	受付時間	定員	費用	対象・年齢 (来年3月31日現在)
乳	A 乳エコー(超音波)	40人	900円	30~39歳
	B 視触診とマンモグラフィ2方向	25人	2400円	偶数年齢 40~49歳
	C 視触診とマンモグラフィ1方向			
D 子宮(器具挿入の細胞診)	①9時30分②13時30分	40人	900円	
E 乳エコー(A)+子宮(D)		40人	1800円	30~39歳
F 乳(B)+子宮(D)	①9時②10時30分③13時④14時30分	25人	3300円	40~49歳
G 乳(C)+子宮(D)		25人	2800円	50歳以上

※申し込み開始日は、電話がつながりにくいことがあります ※マンモグラフィは、授乳中、生理前1週間~終了に受診できないほか、断乳後約6か月は受診できない場合があります ※乳がん検診は、ペースメーカー使用者、乳房内に注入物がある方の受診ができません ※各項目につき4月~来年3月に1回の受診です ※検診車での検診時のみ未就学児対象の保育があります(事前相談要)

■健康診査のお知らせ

市国民健康保険加入者や75歳以上の方を対象に、健康診査を実施します。対象者は下表のとおりです。会社員など被用者保険加入者とその被扶養者や、国民健康保険組合の加入者は、加入している健康保険の特定健診を受診することになります。市が実施している追加項目は、加入保険者の基本項目と同時に受けることができます(※1)。圏特定健康診査は保険年金課 ☎70・5617、市健康診査は保健医療センター。

対象	29年度中に40~74歳になる市国民健康保険加入者※2	29年度中に75歳以上になる方
健診の名称	特定健康診査	市健康診査
費用	2000円 (70歳以上は無料)※3	無料
通知(5月下旬に送付)	平成29年4月1日現在で国民健康保険に加入している対象者に通知(4月2日以降の加入者で受診を希望する方は連絡要)	昭和17年3月31日以前生まれの方: 昨年度受診者に通知(昨年受診せず、今年希望する方は連絡要) 昭和17年4月1日~昭和18年3月31日生まれの方: 全員に通知
内容	1 基本的な健診 問診、身長、体重、BMI、血圧、肝機能、血中脂質、血糖、尿 2 詳細な健診(医師の判断による受診) 貧血検査、心電図、眼底検査 3 追加の健診(希望者) 胸部レントゲン、肝機能、尿・腎機能、前立腺がん検査(50歳以上)、 肝炎検査(40歳)	
受診場所	委託医療機関(一覧表を通知に同封。予約が必要な場合あり)	
受診期間	6月1日~来年3月31日 (医療機関の休診日を除く。医療機関によっては実施していない時期あり)	
結果説明	受診した医療機関で、健診結果のほか生活習慣病の知識や生活習慣改善に関する説明があります	

※1 保険者の実施する特定健診と同時に追加の健診(一部負担金あり)を受けることができます(市が委託している医療機関に限る) ※2 35~39歳になる国民健康保険加入者も同様の健診を受けられますので、希望者は連絡してください ※3 追加の健診のうち前立腺がん検査と肝炎検査について、70歳未満の方は一部負担金があります

■「健康度見える化コーナー」活用塾

5月16日、6月13日の各火曜日13時30分~15時、保健医療センター(全2回)。オムロン(株)の活動量計を貸し出し、健康づくりを支援。同コーナー利用者対象。定員15人(申込順)。☎5月2日から同センター。

■高齢者良い歯のコンクール

6月8日(木)9時30分~11時、保健医療センター。自分の歯(治療済みを含む)が20本以上ある70歳以上の方対象。国(社)大和歯科医師会。☎5月2日から同センター。

■離乳食カミカミ教室

5月26日(金)10時~11時30分、保健医療センター。離乳食の話と試食、身体測定。講師は管理栄養士、保健師。9~12か月児の保護者対象。母子健康手帳持参。定員20人(申込順)。☎5月8日から同センター。

