

～個別健診のご案内～

種類	対象	料金
特定健康診査	海田町国民健康保険に加入している今年度40歳以上75歳未満の人(要受診券)	1,000円
後期高齢者健康診査	後期高齢者医療保険に加入している人	無料
一般健康診査	40歳以上の被保護世帯の人	無料
肝炎ウイルス検診	40歳以上75歳未満で、これまでに受けたことのない人	500円

右記指定医療機関で受けられます。

受診期間

平成25年1月31日(木)(休診日を除く)まで

※個別健診を受診する人は、町への申し込みは不要です。

※特定健康診査のみ、町外の医療機関でも受けられますので、事前に医療機関にお問い合わせください。

・女性がん検診

(子宮頸がん検診・乳がん検診)

予約が必要な医療機関もありますので、各医療機関にお問い合わせ下さい。

種類	対象	料金
子宮頸がん	20歳以上の女性	1,000円
乳がん	40歳以上の女性	2,000円

※無料クーポン券対象外の方は、「個別がん検診受診券」が必要です。保健センターで手続きをしてください。

受診期間

平成25年2月28日(木)(休診日を除く)まで

問い合わせ

- ・国民健康保険に加入……………住民課 ☎823-9206
- ・後期高齢者医療保険に加入…長寿保険課 ☎823-9609
- ・上記以外……………保健センター ☎823-4418

指定医療機関一覧表

医療機関名	住所	電話番号
秋本クリニック	稲荷町3番34号	823-7777
大野内科胃腸科医院	月見町4番5号	823-5555
片桐整形外科	南昭和町14番20号	823-9133
河島脳外科内科クリニック	砂走10番33号	823-8222
かわもと皮ふ科	窪町2番14号	820-0101
くすおか整形外科クリニック	窪町2番14号	824-0505
河内医院	明神町5番5号	823-3520
河野胃腸科内科医院	窪町10番18号	823-4647
島田産科婦人科	大正町3番25号	823-2206
高橋医院	南堀川町1番15号	823-4602
ちえ内科クリニック	幸町8番14-3号	847-6500
檜垣外科医院	南堀川町1番5号	822-7785
深坂内科循環器科医院	窪町2番14号	823-0588
南海田病院	栄町2番42号	823-8855
森原内科胃腸科医院	蟹原一丁目13番11号	822-5550
山野上消化器・内科	稲荷町7番15号	823-7272
山本整形外科病院	堀川町2番23号	822-3000
よしだ内科呼吸器科	西浜4番22-4号	821-2512

・大腸がん検診

保健センター窓口で受付します。簡単な検査ですので、年に1回受けましょう。

対象◆40歳以上の人

料金◆300円

受診方法

保健センターで検査キットを受け取り、2日分の便を採取し、保健センターへ提出してください。正確な検査を実施するため、1日目の採取日から4日以内に提出してください。

提出期間

平成24年10月1日(月)～31日(水)の月曜日～木曜日(祝日を除く)

集団健診および個別健診において、右記の人は受診料金が無料です。

町民税非課税世帯の人

- ・特定健康診査受診券に自己負担金「0円」と表示しています。
- ・がん検診などの人は事前に保健センターで免除証明書(要印鑑)の交付を受けて受診してください。

生活保護世帯の人

当日、健診会場へ被保護者証明書を持参してください。

無料クーポン券対象の人

当日、無料クーポン券を持参してください。

すでに健診を受けた人へ～健診結果説明会(個別相談)～

健診が終わったら、結果説明会へ行きましょう!

数値が表すあなたの健康度について、点検してみましょう。貧血や尿酸値が高い人も相談してください。

日時◆9月10日(月)13時30分～15時30分
9月14日(金)10時～12時
12月7日(金)10時～12時

場所◆福祉センター

持参物◆健診結果票、筆記用具

申し込み◆開催日の前日までに電話で保健センターへ

※日時に都合がつかない場合は保健センターまで。

健診はお済みですか?

特定健康診査や後期高齢者健康診査、がん検診は、自覚症状がなく進行する生活習慣病や各種のがんを発見するチャンスです。

～集団健診のご案内～

10月に今年度最後の集団健診を実施します。今年の健診をまだ済ませていない人は、この機会に受診して健康づくりに役立てましょう。

集団健診の日程・場所◆

10月30日(火) 海田東公民館

10月31日(水) 福祉センター

託児を実施します。

希望者は保健センターまで。

問い合わせ

- ・国民健康保険に加入……………住民課 ☎823-9206
- ・後期高齢者医療保険に加入…長寿保険課 ☎823-9609
- ・上記以外……………保健センター ☎823-4418

受診できる健診項目とその対象者

健診(検診)名	対象	料金	
特定健康診査	海田町国民健康保険に加入している今年度40歳以上75歳未満の人(要受診券)	1,000円	
一般健康診査	・18歳以上40歳未満で、他に健診機会のない人	1,000円	
	・40歳以上の被保護世帯の人	無料	
後期高齢者健康診査	後期高齢者医療保険に加入している人	無料	
がん検診	肺がん・結核検診	40歳以上の人	200円
	胃がん検診	40歳以上の人	1,000円
	大腸がん検診	40歳以上の人	300円
	前立腺がん検診	50歳以上の男性	500円
	子宮頸がん検診	20歳以上の女性	700円
	乳がん検診	40歳以上の女性	1,500円
	肝炎ウイルス検診	40歳以上75歳未満で、これまでに受けたことのない人	500円
骨粗しょう症検診	40歳以上の男性・18歳以上の女性	1,000円	

※社会保険被扶養者も集団健診を受診できます。ただし、特定健康診査を受診するには、それぞれの社会保険が発行する受診券が必要です。

セットで受診すると負担が軽くなります	
セット内容	料金
特定健康診査 大腸がん検診	1,300円 ↓ 1,000円
乳がん検診 子宮頸がん検診	2,200円 ↓ 2,000円
一般健康診査 子宮頸がん検診	1,700円 ↓ 1,500円
肺がん・結核検診 胃がん検診	1,200円 ↓ 1,100円

申し込み◆9月28日(金)までに各問い合わせ先へ電話、または広報かいた5月号と一緒に配布している健診のしおりの申込書を保健センターまで

集団健診から始めよう! さよならメタボ 第2弾

メタボ脱出に取り組み中のTさんについて紹介します。昨年健診を受けた結果、メタボリックシンドロームと判定されました。

Q2 おなか周りは減りにくい?

**A 教室参加して6カ月経ったら腹囲はマイナス4cm!
食後すぐの運動がポイント!!**

半信半疑で始めた食後すぐの運動がこんなに効果があるとは! 食後30分以内に、イスに座ったまま腕・脚を上下左右に動かす軽い運動を10分間行うだけ。食後すぐ筋肉を動かすことで、上がった血糖値を下げる効果があると教わり、毎食後実施しました。

今回は「Q3 TさんとKさんどちらも毎日続けていることは?」です。お楽しみに☆

Tさん…69歳男性。4年前の現役最後の職場での健康診査はどの検査数値も悪く、退職後健康中心の生活をしようと考えていました。退職後はウォーキングや筋トレを実施し、体重は1年に1kgのペースで順調に減っていました。しかし、お腹周りだけは減らず…。昨年6月の健診の結果、腹囲、血圧が基準値超え!そこで、町の健康教室に参加しました。

