

保存版

令和6年度

健診・がん検診のしおり

～受けよう 健診・がん検診！～

- 「WEB予約・電話予約の受付期間を変更しました。
- 「胃がん検診の対象年齢上限を変更しました。
- 「乳がん検診の検査内容を変更しました。



袋田の滝キャラクター たき丸

大子町役場 健康増進課

集団健診・がん検診等の申し込み	・・・ P 1
健診・がん検診等一覧	・・・ P 2～3
令和6年度 集団健診日程表	・・・ P 4
健診日と併せて行うがん検診等	・・・ P 5
集団健診時にがん検診等のみを受ける方	
健診当日の持ち物	
社会保険の被扶養者の方	
集団がん検診等日程	・・・ P 6～7
婦人科集団がん検診等日程	・・・ P 8
医療機関での子宮がん・乳がん検診	・・・ P 9
人間ドック・脳ドック	・・・ P 10～11
個別医療機関健診、特定保健指導	・・・ P 12

## 集団健診・がん検診等受診までの流れ

1 健(検)診日、受付時間を選ぶ

2 WEBまたは電話で予約をする

3 決定通知書または受診券、検診票等が届く

- ・予約された方には、健(検)診日の約1か月前に送付します。  
※上記の送付時期以降に申し込まれた方は、Web予約申込み期間終了後に送付します。
- ・予約をしたにもかかわらず、決定通知書等が届かない場合には、健康増進課にお問い合わせください。

4 受診する

- ・お申し込みの受付時間内にご来場ください。

5 結果が届く

- ・受診後の約1～2か月後に、結果が届きます。

# 集団健診・がん検診等の申し込み

集団健診・がん検診等は受付時間を指定した予約制です。

WEB予約は電話予約より数日早くお申し込みができます！

## 集団健診予約開始日時

健診月	WEB予約	電話予約
6月	4/8(月)8:30	4/10(水)8:30
8月	6/3(月)8:30	6/5(水)8:30
10月	8/5(月)8:30	8/7(水)8:30

## 集団がん検診等予約開始日時

検診月	WEB予約	電話予約
7月	5/13(月)8:30	5/15(水)8:30
8月		
11月		
12月		

## 集団健診・がん検診等申し込み方法

### ▶ WEB

- 右記の二次元コードから申し込む → → → → →
- <https://kenko-link.org/>  
※ご利用には会員登録が必要です。  
※過去に電話予約をご利用していると、会員登録ができない場合があります。  
健康増進課(72-6611)までお問い合わせください。



### ▶ 電話

健康増進課 0295-72-6611  
(8:30~17:15 土日・祝日を除く)

※人間ドック、脳ドック、個別医療機関の受診方法についてはP10~12をご参照ください。

# 健診・がん検診等一覧

## 集団健診

健診名	生活習慣病予防健診	特定健康診査
対象年齢・健康保険組合	39歳以下の方 生活保護世帯の方	40歳～74歳 社会保険の被扶養者 <small>※被保険者ご本人は受診できません。</small>
健康診査項目	問診、尿検査、血圧測定、身体計測、血液検査（糖代謝・脂質・肝機能検査、尿酸・クレアチニン検査）、心電図、貧血検査	問診、尿検査、血圧測定、身体計測、腹囲測定、血液検査（糖代謝・脂質・肝機能検査）、希望により詳細項目検査
料金	2,000円 生活保護世帯の方は無料	加入している健康保険組合により、個人負担金額は異なります。

## 集団健診日に併せて行うがん検診等

がん検診名	肺がん・結核検診 (胸部レントゲン)	喀痰検査 <small>※50歳以上の必要な方のみ</small>
対象年齢	19歳以上	50歳以上
料金	無料	無料

## 集団がん検診等

詳細はP6へ

がん検診名	胃がん検診	腹部超音波検診
対象年齢	40歳～79歳	40歳～74歳
料金	無料	無料

## 婦人科がん検診等

詳細はP8へ

がん検診名	子宮がん検診	乳がん検診	骨粗しょう症検診
対象年齢	20歳～79歳	30歳～79歳	20歳～70歳 の5歳刻み
料金	無料	無料	無料

※対象年齢は、令和7年3月31日時点での年齢です。

詳細はP4へ

特定健康診査	高齢者健康診査
40歳～74歳	75歳以上
大子町国民健康保険	65歳以上で一定の障がいがあり、後期高齢者医療保険に加入されている方も対象です。
問診、尿検査、血圧測定、身体計測、腹囲測定（※特定健康診査のみ）、 血液検査（糖代謝・脂質・肝機能検査、尿酸・クレアチニン検査）、 詳細項目検査（心電図、眼底、貧血検査）	
無料	無料

詳細はP5へ

肝炎ウイルス検査	前立腺がん検査	大腸がん検査 （便潜血反応検査）
40歳以上の未受診者	50歳～74歳	40歳～84歳
無料	無料	無料

## 医療機関で受ける健診等

詳細はP10～12へ

健診名	人間ドック	脳ドック	個別医療機関健診
対象者	<ul style="list-style-type: none"> <li>令和6年4月1日現在で、40歳以上の国民健康保険被保険者</li> <li>大子町後期高齢者医療被保険者</li> </ul>		
料金	医療機関によって異なります。		無料

# 令和6年度 集団健診日程表

## 予約期間

全日程完全予約制です。※申し込みの詳細については、P1をご参照ください。  
定員数に限りがありますので、日時変更、キャンセルはないようにお申し込みください。

WEB予約			電話予約(72-6611)		
6月	8月	10月	6月	8月	10月
4/8(月)8:30~ 5/26(日)	6/3(月)8:30~ 8/11(日)	8/5(月)8:30~ 9/25(水)	4/10(水)8:30~ 各健診日の 1週間前	6/5(水)8:30~ 各健診日の 1週間前	8/7(水)8:30~ 各健診日の 1週間前

## 日程

※ ① 9:30~9:50 ② 10:00~10:20 ③ 10:30~10:50 ④ 11:00~11:20  
⑤ 13:00~13:20 ⑥ 13:30~13:50 ⑦ 14:00~14:20 ⑧ 14:30~14:50

月日	受付時間(※)	会場	対象地区		
6月9日(日)	午前10時00分~11時30分、午後1時00分~2時30分	上小川小学校 (体育館)	上小川		
6月10日(月)		旧西金小学校 (体育館)	下小川		
6月11日(火)					
6月16日(日)		袋田小学校 (体育館)	袋田		
6月17日(月)					
6月23日(日)				生瀬小学校 (体育館)	生瀬 ※大生瀬 坂西は除く
6月24日(月)					
8月25日(日)	午前 9時30分~11時30分、午後1時00分~3時00分	佐原コミュニティ センター	佐原		
8月26日(月)	午前 9時30分~11時30分、午後1時00分~3時00分	依上コミュニティ センター	依上 山田		
8月27日(火)	午前10時00分~11時30分、午後1時00分~2時30分				
8月30日(金)	午前 9時30分~11時30分、午後1時00分~3時00分	中央公民館	池田		
10月9日(水)	午前 9時30分~11時30分、午後1時00分~3時00分	黒沢コミュニティ センター	黒沢 宮川 大生瀬坂西		
10月11日(金)	午前10時00分~11時30分、午後1時00分~2時30分	旧下野宮小学校 (体育館)			
10月17日(木)	午前 9時30分~11時30分、午後1時00分~3時00分	大子温泉やみぞ (体育館)			
10月18日(金)	午前10時00分~11時30分、午後1時00分~2時30分				
10月21日(月)	午前 9時30分~11時30分、午後1時00分~3時00分	文化福社会館 まいん	浅川 上岡 大子 ※小久慈 は除く		
10月22日(火)					
10月23日(水)					
10月27日(日)	午前 9時30分~11時30分、午後1時00分~3時00分	大子町保健センター	大子 (小久慈)他		

# 健診日と併せて行うがん検診等

※対象者は、令和7年3月31日時点での年齢です。

※集団健診と併せて大腸がん検診の受診を希望される方は、健診申し込み時に大腸がん検診受診の旨をお伝えください。

## 大腸がん検診

対象者	今年度40～84歳の方
検査内容	2日間の便を採取し、便の血液反応を検査します。

## 肺がん検診・結核検診

対象者	肺がん検診：今年度64歳までの方 結核検診：今年度65歳以上の方
検査内容	胸部にX線を照射して、肺を透過像としてフィルムに写し出す検査です。異常がある場合はその部分が白い影になって写ります。

## 前立腺がん検診

対象者	今年度50～74歳までの男性
検査内容	血液検査を行い、血液中に含まれるPSAの量を調べます。PSAとは、前立腺で作られるたんぱく質で、がんなど異常が起きた際に血液内に入り込みます。

## 肝炎ウイルス検査

対象者	今年度40歳以上で、過去に町の検査を一度も受けていない方
検査内容	血液検査を行い、B型・C型肝炎ウイルス抗原等を測定し、B型・C型肝炎ウイルスの感染の有無を調べる検査です。

## 喀痰(かたん)細胞診検査

対象者	今年度50歳以上で、喫煙指数(喫煙本数×年数)が600以上の方
検査内容	3日間の痰を採取して、その中に肺がんの細胞が混じっていないかを顕微鏡で調べる検査です。

## 集団健診時にがん検診等のみを受ける方

肺がん検診・結核検診、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検査、大腸がん検診、喀痰細胞診検査をご希望の方は、受診券を交付しますので、[電話で健康増進課にお申し込みください。](#)

### 健診当日の持ち物

- 受診券
- 健康保険証  
(国民健康保険及び社会保険の方)
- 尿容器
- 大腸がん検診容器
- 眼鏡(必要な方のみ)

### 社会保険の被扶養者の方

- ・ 集団健診を予約された方には、がん検診の受診券を送付します。
- ・ 特定健康診査の受診券は、加入している保険者から交付を受けてください。
- ・ 医療保険者によっては、健診実施場所の指定がありますのでご注意ください。

# 集団がん検診等日程

## 日程

胃がん検診			
対象者	今年度40～79歳の方		
検査内容	バリウム（造影剤）と胃をふくらませる発泡剤を飲み、X線で胃の形や粘膜を撮影する検査です。		
日程	募集人員	受付時間	会場
7月18日（木）	各120人	① 8時00分～20分    ② 8時30分～50分	大子町保健センター
7月21日（日）		③ 9時00分～20分    ④ 9時30分～50分	
12月2日（月）		⑤ 10時00分～20分    ⑥ 10時30分～50分	
12月3日（火）		⑦ 11時00分～20分    ⑧ 11時30分～50分	
12月8日（日）			

腹部超音波検診			
対象者	今年度40～74歳の方		
検査内容	超音波で肝臓、胆のう、胆管、膵臓、脾臓、腎臓等を調べる検査です。腹部に超音波を当てて、その反響を映像化することで、臓器内部の状態を診断することができます。		
日程	募集人員	受付時間	会場
7月28日（日）	各100人	① 8時00分～20分    ② 8時30分～50分	大子町保健センター
7月29日（月）		③ 9時00分～20分    ④ 9時30分～50分	
7月30日（火）		⑤ 10時00分～20分    ⑥ 10時30分～50分	
11月17日（日）		⑦ 11時00分～20分    ⑧ 11時30分～50分	
11月18日（月）			

自覚症状がある方、検診で毎回「精密検査」を指示される方は直接医療機関での検査をおすすめします。



※対象者は、令和7年3月31日時点での年齢です。

## 予約期間

※申し込みの詳細については、P1をご参照ください。

WEB予約				電話予約
7月検診分	8月検診分	11月検診分	12月検診分	5/15(水)8:30～ 各検診日の1週間前まで
5/13(月)8:30～ 7/4(木)	5/13(月)8:30～ 7/21(日)	5/13(月)8:30～ 11/3(日)	5/13(月)8:30～ 11/18(月)	

## 胃がん検診を受ける方への注意事項

胃がん検診を安全に実施するため、下記の項目に当てはまる方は、検診を受けることができませんので、事前にご確認ください。

- ①バリウム過敏症の方
- ②次の病気で過去に治療を受けたことがある方
  - ◇消化管の穿孔・腸閉塞・腸捻転・大腸憩室炎
  - ◇胃の全摘 ◇小腸・大腸の手術をしている ◇開腹手術3回以上
- ③胃や十二指腸及び小腸・大腸で治療中の方
- ④1年以内に手術をした方（腹腔鏡手術含む）
- ⑤重篤な病気または体調不良をおこす恐れがある方
  - ◇1年以内の発作（脳血管疾患、虚血性心疾患、不整脈、てんかん）
  - ◇未治療または治療を継続していない糖尿病 ◇大動脈瘤（治療中・未治療の方）
- ⑥透析中・心不全・慢性腎疾患等で水分制限がある方
- ⑦呼吸困難や肺炎をおこす恐れがある方
  - ◇過去にバリウムが気管に入ったことがある ◇普段からむせやすい方 ◇ぜんそく発作がある
- ⑧撮影台から転落の恐れがある方や撮影が困難な方
  - ◇自立歩行が困難 ◇撮影台の手すりを握ることが困難 ◇体重が130kg以上
- ⑨妊娠中または妊娠していると思われる方

**胃がん検診・腹部超音波検診は  
検診当日に飲食した場合、検査を受けられません！**

# 婦人科集団がん検診等日程

## 予約期間

WEB予約				電話予約
7月検診分	8月検診分	11月検診分	12月検診分	5/15(水)8:30～ 各検診日の1週間前まで
5/13(月)8:30～ 7/4(木)	5/13(月)8:30～ 7/21(日)	5/13(月)8:30～ 11/3(日)	5/13(月)8:30～ 11/18(月)	

## 日程

※対象者は、令和7年3月31日時点での年齢です。

### 子宮がん検診

対象者	今年度20～79歳の女性		
検査内容	ブラシで子宮の入り口あたりの細胞を採取し、異常がないかを調べる検査です。		
日程	募集人員	受付時間	会場
8月4日(日)	各90人	①12時30分～12時45分	文化福祉会館まいん
8月19日(月)			
8月20日(火)			
12月15日(日)		②12時50分～13時05分	
12月16日(月)			
12月17日(火)	③13時10分～13時25分		

### 乳がん検診

対象者	今年度30～79歳の女性		
検査内容	年齢により、超音波（エコー）検査とX線（マンモグラフィ）検査を実施します。 超音波（エコー）検査：乳房に超音波を当てて、病変があるかを検査します。 X線（マンモグラフィ）検査：乳房を装置の板と板の間にはさんでX線で撮影し、視触診では分からない小さながんを発見できる検査です。		
	30歳～39歳	超音波（エコー）検査	
	40歳～56歳	X線（マンモグラフィ）検査+超音波（エコー）検査 または 超音波（エコー）検査	
	57歳～79歳	X線（マンモグラフィ）検査 または 超音波（エコー）検査	
	X線（マンモグラフィ）検査は2年に1回の受診となります。		
日程	募集人員	受付時間	会場
8月4日(日)	各70人	①10時00分～10時20分 ②10時30分～10時50分	文化福祉会館まいん
8月19日(月)			
8月20日(火)		③12時30分～12時45分 ④12時50分～13時05分	
12月15日(日)			
12月16日(月)			
12月17日(火)	⑤13時10分～13時25分		
11月30日(土) ※超音波検査のみ、 同日に骨粗鬆症検診も実施	36人	①10時00分～10時20分 ②10時30分～10時50分 ③11時00分～11時20分 ④11時30分～11時50分 ⑤12時00分～12時20分 ⑥12時30分～12時50分	大子町保健センター

### 骨粗しょう症検診

対象者	今年度20、25、30、35、40、45、50、55、60、65、70歳の女性		
検査内容	かかとの骨に超音波を当て、骨量を推定する検査です。		
日程	募集人員	受付時間	会場
11月30日(土) ※同日に乳がん検診 (超音波検査)も実施	100人	①10時00分～10時20分 ②10時30分～10時50分 ③11時00分～11時20分 ④11時30分～11時50分 ⑤12時00分～12時20分 ⑥12時30分～12時50分	大子町保健センター

# 医療機関での子宮がん・乳がん検診について

▶ **ステップ①** 健康増進課窓口で申請書を記入し、医療機関検診用受診券を発行する。

	対象者	検査内容	受診券発行期間
子宮がん	20～79歳	子宮頸部の細胞診検査	令和6年5月13日(月) ～令和7年2月28日(金)
乳がん	30～79歳	超音波検査	
	40～79歳	マンモグラフィ検査	

▶ **ステップ②** ご希望の医療機関に予約を取る。

## 子宮がん医療機関検診

受診券  
有効期限

受診券発行日～令和7年2月28日(金)

令和6年度 子宮がん検診指定医療機関一覧（一部掲載）

医療機関名		住所	電話番号
茨城県	慈泉堂病院	大子町大字大子856-1	0295-72-1550
	岩佐医院	大子町大字大子1828-7	0295-72-0975
★その他県内の登録医療機関（健康増進課でご確認ください。）			

## 乳がん医療機関検診

受診券  
有効期限

受診券発行日～令和7年2月28日(金)

※塙厚生病院は、10月1日(火)～令和7年1月17日(金)

令和6年度 乳がん検診指定医療機関一覧（一部掲載）

医療機関名	住所	電話番号	検診内容		
			超音波	マンモグラフィ	
茨城県	常陸大宮済生会病院	常陸大宮市田子内町3033-3	0295-52-5151	/	○
	三愛クリニック	水戸市小林町1186-60	029-259-1717	○	/
	水府病院	水戸市赤塚1-1	029-309-5000	○	○
	水戸済生会総合病院	水戸市双葉台3-3-10	029-254-9044	/	○
	水戸赤十字病院	水戸市三の丸3-12-48	029-221-5177	○	○
	北水会記念病院	水戸市東原3-2-1	029-303-3005	○	○
	水戸中央病院	水戸市六反田町1136-1	029-309-8521	○	○
	水戸プレストクリニック	水戸市五軒町2-1-37 水戸京成パーキングプラザ1F	029-350-8477	○	○
	茨城県立中央病院	笠間市鯉淵6528	0296-77-1121	/	○
★その他県内の登録医療機関（健康増進課にお問い合わせください。）					
福島県	塙厚生病院（※1）	福島県東白川郡塙町大字塙字大町1-5	0247-43-1145	/	○
栃木県	国際医療福祉大学病院	栃木県那須塩原市井口537-3	0287-38-2751	/	○

### 乳がん検診を受ける方への注意事項

- ・1年間のうちに受けられるのは、超音波検査とマンモグラフィ検査のどちらか1回です。
- ・マンモグラフィ検査は2年に1回の受診となります。
- ・自覚症状がある方や、治療中の方は検診を受けられません。

▶ **ステップ③** 指定の予約日時に医療機関を受診する。

▶ **ステップ④** 後日、検診結果を受け取る。

# 人間ドック・脳ドック

## 【人間ドック費用の一部助成について】

対象者	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 大子町国民健康保険被保険者で、令和6年4月1日において40歳以上の者</li><li>・ 大子町後期高齢者医療被保険者</li></ul> ※前年度までの国保税や保険料に未納が無いことが条件となります。
申請期間	令和6年4月8日から令和7年2月28日まで（予約の前に申請をお願いします。） ※令和7年3月31日までの受診が対象です。
助成額	ドック費用の7割相当（上限3万円）
募集定員	国民健康保険：制限なし、後期高齢者医療：制限なし ※先着順に受付します。 （予算上限に達した場合は、受けられない場合があります。）
その他 注意事項 等	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 脳ドック助成申請（予定）者や特定健康診査受診（予定）者、高齢者健康診査受診（予定）者、JA組合員健診受診（予定）者以外の方が対象です。</li><li>・ 健診日当日に「助成決定通知書」を忘れてしまった場合は、健診機関窓口では、<b>一旦全額を支払っていただくことになります。</b> （後日、町から助成金をお支払いしますので、全額を支払った場合はご連絡をお願いします。）</li><li>・ この助成事業は、年度ごとの事業となりますので、翌年度の予約（翌年度も助成事業を利用する予定の方に限ります。）については、翌年度の助成決定を受けてからお願いします。</li><li>・ 脳併診ドック・婦人科検診等のオプション項目は、助成の対象外となりますので、希望する場合は、自己負担で追加受診してください。</li><li>・ 医療機関の健診費用が改定になった場合には、助成額及び本人負担額が変更になる場合があります。</li><li>・ 歩行が困難等により、健診の際に介助が必要と思われる方は、健診機関とご相談の上、申請をお願いします。</li><li>・ 助成額及び本人負担額は、医療機関によって異なる場合があります。</li></ul>

## 【脳ドック費用の一部助成について】

同一年度内に人間ドックとは重複して受けられません。

対象者	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 大子町国民健康保険被保険者で、令和6年4月1日において40歳以上の者</li><li>・ 大子町後期高齢者医療被保険者</li></ul> ※前年度までの国保税や保険料に未納が無いことが条件となります。
申請期間	令和6年4月8日から令和7年2月28日まで（予約の前に申請をお願いします。） ※令和7年3月31日までの受診が対象です。
助成額	ドック費用の7割相当（上限3万円）
その他 注意事項 等	<ul style="list-style-type: none"><li>・ <b>人間ドック助成申請（予定）者以外の方が対象です。</b></li><li>・ 健診日当日に「助成決定通知書」を忘れてしまった場合は、健診機関窓口では、<b>一旦全額を支払っていただくことになります。</b> （後日、町から助成金をお支払いしますので、全額を支払った場合はご連絡をお願いします）</li><li>・ 医療機関の健診費用が改定になった場合には、助成額及び本人負担額が変更になる場合もあります。</li></ul>

# 申請方法

## ステップ①

町民課 国保年金担当に申請します。

- ・保険証を持参し、窓口で申請をお願いします。
- ・郵送申請ができます。申請方法については、町民課国保年金担当までお問い合わせください。

## ステップ②

決定通知書が届いたら、医療機関に予約をします。

## ステップ③

健診を受診します。

- ・決定通知書、保険証を持参してください。

## ステップ④

結果を受け取ります。

- ・結果を確認し、健康状態を知って生活習慣を見直しましょう。

## 受診の際の注意点

同一年度内に

人間ドック・集団健康診査・JA組合員健診

は重複して受けられません。

## 人間ドック・脳ドック契約医療機関一覧

健診機関	対象ドック	助成額	本人負担額
志村大宮病院（常陸大宮市）	人間ドック（日帰）	29,000円	13,000円
日立総合病院（日立市）	人間ドック（日帰）	29,000円	12,800円
茨城県メディカルセンター（水戸市）	人間ドック（日帰）	30,000円	12,900円
水戸済生会総合病院（水戸市）	人間ドック（日帰）	29,000円	12,800円
水戸赤十字病院（水戸市）	人間ドック（日帰）	30,000円	12,900円
東関東クリニック（水戸市）	人間ドック（日帰）	30,000円	12,900円
いばらき健康管理センター（水戸市）	人間ドック（日帰）	30,000円	12,900円
水戸協同病院（水戸市）	人間ドック（日帰）	29,000円	12,800円
国際医療福祉大学病院（那須塩原市）	人間ドック（日帰）	29,000円	12,800円
	人間ドック（1泊）	30,000円	34,900円
筑波大学付属病院（つくば市）	人間ドック （胃部検査あり）	30,000円	38,200円
	人間ドック （胃部検査なし）	30,000円	25,000円
ブレインピア南太田（常陸太田市）	脳ドック	16,170円	6,930円
水戸ブレインハートセンター（水戸市）	脳ドック	16,170円	6,930円
聖麗メモリアル病院（日立市）	脳ドック	20,790円	8,910円
聖麗メモリアル高鈴（日立市）	脳ドック	20,790円	8,910円
那須北病院（那須塩原市）	脳ドック	25,410円	10,890円
国際医療福祉大学病院（那須塩原市）	脳ドック	30,000円	12,900円

※人間ドックについて、やむを得ず上記健診機関以外で受診希望する方は、町民課国保年金担当へご連絡ください。（上限28,000円）

※脳ドックは、上記健診機関以外で受診はできません。

人間ドック・脳ドックの問合せ先 大子町役場 町民課 国保年金担当 ☎ 76-8125

# 個別医療機関健診について

「国保の特定健康診査」と「後期高齢者の健康診査」は、集団健診のほかに町内医療機関でも受けることができます。

個別医療機関健診		
対象健診	特定健康診査（国保）	
	高齢者健康診査	
受診期間	令和6年4月8日から令和7年3月31日まで	
契約医療機関一覧	保内郷メディカルクリニック	0295-72-0179
	久保田病院	0295-72-0023
	慈泉堂病院	0295-72-1550
	岩佐医院	0295-72-0975
	吉成医院	0295-72-0555

## 申請方法

### ステップ①

受診券の交付を依頼します。

- ・町民課国保年金担当に連絡し、受診券の発行をご依頼ください。

### ステップ②

医療機関に予約をします。

### ステップ③

健診を受診します。

- ・決定通知書、保険証を持参してください。

### ステップ④

結果を受け取ります。

同一年度内に人間ドック助成・集団健康診査とは重複して受けられません。

個別医療機関健診の問合せ先 大子町役場 町民課 国保年金担当 ☎ 76-8125

## 特定保健指導

### 特定保健指導とは？

メタボリックシンドロームに着目した健診によって、生活習慣病のリスクを早期に発見し、その内容を踏まえて運動習慣や食生活といった生活習慣を見直すための支援です。

### メタボリックシンドロームとは？

内臓肥満に高血圧・高血糖・脂質代謝異常が組み合わさることにより、心臓病や脳卒中などになりやすい病態を指します。単に腹囲が大きいだけでは、メタボリックシンドロームに当てはまりません。

特定保健指導では、健診結果から普段の生活で、どうすれば生活習慣病を予防できるのかを保健師や管理栄養士と一緒に考えることができます。ぜひ、特定保健指導をご利用ください。



# MEMO

※ 申込みの控えとしてご記入ください。

申込項目	日 程			場 所
集団健康診査	月 日( )	~	時 分	
胃がん検診	月 日( )	~	時 分	保健センター
腹部超音波検診	月 日( )	~	時 分	
子宮がん検診	月 日( )	~	時 分	文化福祉会館 まいん
乳がん検診	月 日( )	~	時 分	
骨粗しょう症検診	月 日( )	~	時 分	保健センター
	月 日( )	~	時 分	
	月 日( )	~	時 分	

.....

.....

.....

.....

.....

- ・体調不良や都合等によりキャンセルや変更する場合は、お早めにご連絡ください。
- ・日程を変更する場合、予約枠の空き状況によってご希望に沿えない場合があります。予めご了承ください。
- ・キャンセル待ちはありません。
- ・自覚症状がある方は、医療機関での検査をお勧めします。
- ・早めの入場は、混雑につながるため、決められた受付時間内にご来場ください。
- ・健(検)診の前日は、暴飲暴食をさげ、激しい運動は控えましょう。
- ・健(検)診時に、体調不良の際は、無理せず受診をお控えください。
- ・胃がん検診、腹部超音波検診について、検診前日と当日の飲食の制限があります。受診券に同封の注意事項をよくお読みください。



## お問合せ先

### ○ 集団健診・がん検診等に関すること

健康増進課 健康増進担当

住 所 大子町大字大子1846  
（保健センター）

TEL 0295-72-6611

FAX 0295-72-6613

### ○ 人間ドック・脳ドック・個別医療機関健診に関すること

町 民 課 国保年金担当

住 所 大子町大字北田気662

TEL 0295-76-8125

FAX 0295-72-5526

