

年に1回！健診を受けましょう

今月は今年度最後の健診の案内をお伝えします。健康維持には早い段階で問題点を見つけておくことが肝要です。健康づくりは、一人一人が自分の体の状態をチェックすることから始まります。申し込みを忘れた人も、まだ間に合いますので、健診を受けましょう。

血液検査を伴う健診を受けましょう

生活習慣病健診や特定健診、後期高齢者健診は、脳卒中や心筋梗塞、腎不全などの原因といわれる糖尿病、高血圧、脂質異常症などの生活習慣病の兆候を見つづけることができます。

早く見つけることで数値を正常に戻せるよう、保健師が生活習慣の改善を手伝います。

健診は年に1回 定期的に受けましょう

間隔を空けずに受けることで、異常が小さいうちに発見することが可能です。生活習慣の改善だけでは数値が下がらないほど悪化する前に、健診を受けましょう。

健診を受けるまでの流れ

ステップ1

希望する日時を菊池養生園に直接申し込む。

ステップ2

問診票・保険証・健診費用を持って、予約日に受診する。

※2月10日(月)までに申し込んだ人には、後日問診票を送付します
※人間ドック、個別健診を受けた人は受診できませんのでご注意ください

検査費用

健康診査項目	対象年齢	自己負担金	市からの補助額
生活習慣病健診	19~39歳	2,000円	6,591円
特定健診	40~69歳	1,500円	7,092円
	70~74歳	800円	7,792円
後期高齢者健診	75歳以上	800円	6,533円
結核検診	65歳以上	無料	1,719円
肺がん検診	30~69歳	500円	1,450円
	70歳以上	200円	1,750円
腹部超音波検診	19~69歳	1,500円	2,130円
乳房超音波検診	20~69歳	1,000円	2,300円
	70歳以上	300円	3,000円

乳がんマンモグラフィの個別検診

乳がんとは、乳腺にできるがんのことです。日本人女性の11人に1人が乳がんにかかると言われていいます。30歳代から急増し40歳代後半から50歳にかけて最も多く発生します。がんを発見するための最も効果的な方法が「検診」です。乳がんは早期に発見できれば、高い確率で治ります。

申込期間 1月31日(金)
※実施機関へ直接お申し込みください

対象者 市内在住で40歳以上の女性
持参するもの

▼受診券(持っていない人は、健康推進課で発行できます)

▼乳がん検診無料クーポン券(対象者のみ)

▼健診料(70歳未満:1800円、70歳以上:千円)

▼健康保険証
その他

▼妊娠中または妊娠の可能性がある人やペースメーカーを挿入している人、豊胸手術を受けられている人は検診できません。
▼視触診検査があります。
▼複合健診などで乳がん検診(マンモグラフィや超音波)を受けた人は受診できません。

歯ッピーキッズ

3歳児健診時「むし歯なし」の子

11月6日・27日の歯科検診で、むし歯がなかったお子さんを紹介します。(敬称略)※行政区は検診日時点

青木悠翔(巨)	緒方瑛紀(富の原台)
荒木怜奈(北原)	加藤稜久(富の原東)
魚住一颯(高野瀬)	熊坂 律(富の原一)
魚住和花(高野瀬)	迫 天晴(飛熊)
緒方陽輝(巨)	柴田 萌(富の原東)
片山知優(野間口)	高尾星成(富の原中央)
後藤美月(袈裟尾)	田口稀心(井戸方)
竹村壮真(大琳寺)	藤本蒼大(田島団地)
三好燈真(花房台)	石田妃花(辰頭西団地)
山口華歩(東原)	水上蒼子(楠原)
嘉村希望(高野瀬)	山下陽翔(田島団地)
徳永龍臣(流川)	山本悠聖(高江出分)

むし歯を予防するためには

- ① むし歯菌を減らすための毎日の仕上げ磨き
 - ② 甘いものを減らしたおやつ工夫
 - ③ 歯の質を強くするための定期的なフッ化物塗布
- 家族ぐるみで取り組み、健康な歯を保ちましょう。

