

健康管理センター だより

2019.12.1
NO.345

編集・発行 本別町健康管理センター
本別町北6丁目 (TEL.22-2219)

国保特定健診・後期高齢者健診 胃・肺・大腸がん検診のお知らせ

生活習慣病やがんは、進行するまで自覚症状がなく、早期発見の方法は健診などの検査しかありません。年に1度は必ず健診を受け、自分の健康状態をチェックしましょう。

1. 日 程

月 日	受付時間	会 場
2月13日(木)	いずれの日も ①午前 7時30分～ 7時50分 ②午前 8時00分～ 8時30分 ③午前 9時00分～ 9時30分 ④午前 10時00分～10時30分	本別町 健康管理センター
2月14日(金)		

※国保特定健診は、本別国民健康保険病院・ほんべつ循環器内科クリニックと町外5つの医療機関でも実施しています。詳細は、健康管理センターまでお問い合わせください。

2. 対 象

特定健診…受診日においても本別町国民健康保険に加入中の年度内35歳～75歳未満の人。
平成31年3月31日現在で本別町国民健康保険の被保険者であり、40歳以上の加入者には5月中旬にピンク色の「特定健診受診券」を送付しています。特定健診受診券をお持ちでない方は健康管理センターへご連絡ください。

※35～39歳については、町独自の対象となります。

※国保以外の健康保険に加入している人は、実施方法が異なりますので、事業主、各医療保険者にお問い合わせください。

後期高齢者健診…後期高齢者医療制度（75歳以上）に加入している町民

生活保護受給者…年度内35歳以上の町民

胃・肺・大腸がん検診…年度内40歳以上の町民（健康保険の種類は問いません）



3. 健診内容と個人負担（生活保護受給者の人は、*印以外の検査は無料となります）

特定健診	1,500円	※医師の判断で当日加わる検査 ⇒心電図、貧血検査、眼底検査 ※年度内65歳以上の人、全員に心電図検査を行います。
後期高齢者健診	500円	
胃がん検診（胃バリウム検査）	2,000円	特定健診・後期高齢者健診のオプションとしての実施 *肝炎検査は、令和元年度中に40歳となる人、41歳以上の人で過去に検査を受けたことがない人が対象です。
肺がん検診（胸部レントゲン検査）	800円（必要者のみ喀痰検査+1,000円）	
大腸がん検診（便潜血2日法）	700円	
*肝炎ウイルス検査（血液検査）	1,600円	
*前立腺がん検査（血液検査）	2,700円	
*骨粗しょう症検査（前腕骨密度測定）	1,512円	

4. 申し込み

12月2日（月）～1月14日（火）までに健康管理センター（22-2219）へお申し込みください。ただし、各受付時間枠が定員になり次第、締め切らせていただきます。受診票は2月3日（月）からお渡しいたします。



『国保特定健診』を受けよう！

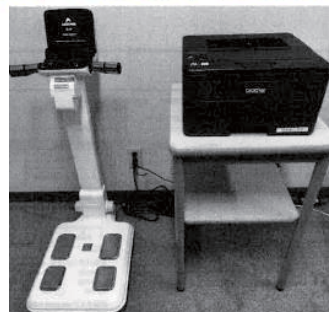
国保特定健診は本別町在住の国民健康保険加入者（40～74歳）を対象とした健診です。先月号でお知らせしたように、受診率は5年連続で向上が見られています。では十勝管内の状況はどのようになっているのでしょうか？

順位	市町村	特定健診受診率	順位	市町村	特定健診受診率
1	陸別町	71.7%	11	音更町	48.4%
2	更別村	64.3%	12	浦幌町	47.8%
3	豊頃町	61.0%	13	中札内村	43.0%
4	上士幌町	57.1%	14	幕別町	40.7%
5	大樹町	56.0%	15	清水町	36.1%
6	足寄町	54.1%	16	新得町	36.1%
7	池田町	53.7%	17	芽室町	36.0%
8	鹿追町	51.9%	18	帯広市	34.6%
9	士幌町	50.3%	19	広尾町	33.8%
10	本別町	48.5%			

平成30年度の特定健診受診率は、本別町は十勝19市町村の中で10位となっています。70%を超えている市町村もありますが、本別町はもう少しで50%に届かかというところ、後ろから他の町村が迫ってきている状態です。

特定健診を受けることで、①自覚症状のない生活習慣病を予防できる、②健診後の保健指導で健康状態改善へのサポートが受けられる、③重篤な病気の兆候を発見できる、④疾病の予防・早期発見により長期入院・治療を防げる、⑤みんなが健康になれば保険料の値上げを防げる等のメリットがたくさんあります。

年に1度、健診を受診し、自分のからだの状態を見直しましょう！



体成分分析器

体重計部分に乗り、性別・年齢・身長を入力⇒体成分分析、身体健康度、肥満分析、部位別筋肉量/脂肪量、体型評価など14項目で測定



2月の特定健診受診者の皆さんは無料で使用することができます！ご活用ください！

12月の予定表

- 右記の「各事業の実施時間」に会場記載のないものは全て健康管理センターで行います。
- 予防接種、産後ケアクラス、乳幼児・1歳6ヵ月児・2歳児・3歳児健診には母子手帳を忘れずにお持ちください。
- 母子手帳・妊婦健診受診票発行日に都合の悪い人はあらかじめご連絡ください。

月	火	水	木	金	土	日
						1 健康管理センターは お休みです。
2 すこやかルーム 南地区集会場健康相談	3	4	5	6 健康相談 母子手帳発行日・育児相談 妊婦健康診査受診票発行日	7 健康管理センターは お休みです。	8
9 すこやかルーム (身長、体重測定)	10	11 2歳児健診 こころの健康相談 (医師相談)	12	13 健康相談 母子手帳発行日・育児相談 妊婦健康診査受診票発行日	14 健康管理センターは お休みです。	15
16 すこやかルーム	17	18	19	20 健康相談 母子手帳発行日・育児相談 妊婦健康診査受診票発行日	21 健康管理センターは お休みです。	22
23 すこやかルーム	24 こころの“ほっと”相談	25 乳幼児健診 BCG予防接種	26 こころの健康相談 (医師相談)	27 健康相談 母子手帳発行日・育児相談 妊婦健康診査受診票発行日 フレッシュミズ おやこ料理教室	28 健康管理センターは お休みです。	29
30 すこやかルーム	31 健康管理センターは お休みです。					

●2歳児健診対象者	平成29年9月12日～平成29年12月11日生まれ
●乳幼児健診対象者	4ヵ月児 令和元年7月28日～令和元年8月25日生まれ
	7ヵ月児 平成31年4月28日～令和元年5月25日生まれ
	12ヵ月児 平成30年11月28日～平成30年12月25日生まれ

～各事業の実施時間～	
すこやかルーム	9時～12時 *身長、体重測定は10時30分から行います。
健康相談、育児相談、母子手帳・妊婦健康診査受診票発行日	9時～12時
南地区集会場健康相談	9時30分～11時
2歳児健診	13時～
乳幼児健診	7ヵ月：13時～13時30分、4ヵ月：13時30分～14時、12ヵ月：14時～14時30分
BCG予防接種	13時～13時30分 ※申し込みが必要です。
こころの“ほっと”相談(心理カウンセラー)	13時30分～15時20分*健康管理センター(☎22-2219)に申し込みが必要です。
こころの健康相談(医師相談)	14時～ *場所：帯広保健所本別支所 申し込みは帯広保健所本別支所(☎22-2108)です。
フレッシュミズおやこ料理教室	9時30分～



脳ドックのお知らせ

検査日 8時00分～12時00分	結果説明日 13時30分～
1月6日(月)、8日(水)、10日(金)	1月15日(水)
1月17日(金)、20日(水)、24日(金)	1月29日(水)
1月27日(月)、29日(水)、31日(金)	2月5日(水)

- ◎対象 年度内(平成31年4月1日～令和2年3月31日)で35歳以上
- ◎会場 本別町国民健康保険病院 ◎個人負担 10,000円
- ◎検診内容 身体・血圧測定、心電図、尿検査、血液検査、眼底検査、MRI(磁気共鳴断層撮影) MRA(磁気共鳴血管撮影)、頭部X線撮影、頸部X線撮影、前認知症テスト(希望者のみ)
- ◎申し込み 健康管理センター(検査希望日の2週間前までに申し込みをしてください。)
- ※脳梗塞、脳出血等の既往のある人は、脳神経外科の受診をお勧めします。内科通院中の人は、主治医と相談の上、お申し込みください。
- ※体内に金属類が入っている場合は、MRIが実施できませんのでご了承ください。
- ※血液検査がありますので、検査前の食事は抜いてください。

予約締切日のお知らせ

年末年始に伴い、次の期間の予防接種受け付け締切は、12月26日(木)とします。

- ・ほんべつ循環器内科クリニック 1月4日(土)～11日(土)接種分
- ・本別町国民健康保険病院 1月8日(水)・9日(木)接種分

なお、ほんべつ循環器内科クリニックの年末年始休診日は、
12月30日(月)～1月3日(金)となります。

