

* 腹部エコーの予約について *

腹部エコーは6月15日(月)、16日(火)の2日間のみ受けられます!!

- 検査に10分程度かかるため、予約制とします。
- ご希望の方は、6月12日(金)までに健康福祉課(電話6-0104)へご予約ください。
- 検査時間を指定しますので、指定された時間までに検診車(会場横の駐車場)へお越しください。

* バス時刻表 *

バスをご利用の方はこちらを参考にお出かけください。臨時バス等も運行します。

地区	往路	復路
三度	[路線バス] 三度 12:42 ⇒ 浦郷 12:57	[臨時バス] 中央公民館 15:00 ⇒ 三度 15:15
波止	[路線バス] 波止 7:41 ⇒ 大津で下車し 7:56 乗換え ⇒ 別府 8:06 [買い物支援バス] 波止 9:36 ⇒ 別府 9:52	[買い物支援バス] 別府 9:20 ⇒ 波止 9:36 [臨時バス] 集合庁舎 11:45 ⇒ ニジ団地 11:55 ⇒ 波止 12:00
市部・大津	[路線バス] 大津 13:20 ⇒ 市部 13:21 ⇒ 別府 13:32	[路線バス] 別府 14:21 ⇒ 市部 14:32 ⇒ 大津 14:33 [路線バス] 別府 15:36 ⇒ 市部 15:47 ⇒ 大津 15:48
宇賀～物井	[臨時バス] 宇賀 8:15 ⇒ 倉ノ谷 8:20 ⇒ 物井 8:25 ⇒ 集合庁舎 8:30	[路線バス] 別府 10:35 ⇒ 物井 10:46 ⇒ 倉ノ谷 10:49 ⇒ 宇賀 10:52

* 健診日程 *

IPタブレットと回覧に組ごとの詳しい情報をのせます

月日	会場	受付時間	対象地区
6月14日(日)	中央公民館	13:30～15:30	浦郷 11～14組
15日(月)	中央公民館	8:30～11:30	浦郷 1～8組
		13:30～15:00	三度・浦郷 9,10,15～17組, 由良
16日(火)	県集合庁舎 (別府すいすい横)	8:30～11:30	ニジ団地・波止・大山
		13:30～15:00	大津・市部
		17:00～18:30	全地区 ← 夕方健診
17日(水)	県集合庁舎 (別府すいすい横)	8:30～11:30	宇賀・倉ノ谷・物井・別府
		13:30～14:30	美田尻
18日(木)	船越公会堂	8:30～11:30	船越
		13:30～14:30	小向
19日(金)	珍崎公民館	8:30～9:30	珍崎
	赤ノ江公民館	11:00～12:00	赤ノ江
9月10日(木)	中央公民館	8:30～11:30	6月に未受診の方

※大腸がん検診の容器は、健診会場にお持ちください。お持ちできない場合、別府支所・本庁窓口での受付は6月18日(木)までとなりますのでご注意ください。

※お住まいの地区以外の会場でも受診できます。

※9月10日(木)の大腸がん検診の容器は健診会場にお持ちください。

別府支所・本庁窓口でも容器受付可能ですが、必ず午前中にお持ちください。

特定健診・後期高齢者健診



年に1度の健康チェックのチャンス！

今年の健診は

- ① 日曜日にも実施！・・・平日に都合がつかない方でも受診できます！
- ② 夕方健診の日数が増えました・・・昼間お忙しい方でも、全地区対象で夕方に受診できます！
- ③ 腹部エコーは2日間！・・・腹部エコーを受けられるのは、**6/15（月）、16日（火）のみ**となります！

保健師より

日本は高齢化の進展に伴い、「がん」「心疾患」「脳血管疾患」「糖尿病」などの生活習慣病の割合が著しく増加しています。また死亡原因をみると、生活習慣病が約6割を占めている状況です。年に1回、自分の健康をチェックすることで、早期に兆候を見つけることができます！さらに、特定健診を受けることで生活習慣病の発症、あるいは重症化や合併症の進行を予防することにもつながります。
「今は元気」と感じている方も、この機会に特定健診・後期高齢者健診を受けましょう！

特定健診・後期高齢者健診とは

	特定健診	後期高齢者健診
対象者	40歳～74歳の国民健康保険加入者	75歳以上の方
対象者の定義	通院中の方も対象	※生活習慣病治療中で、健診と同様な検査をしている場合は健診を受けなくてもよいことになっています。
健診に必要な物	<ul style="list-style-type: none"> ・保険証 ・健康手帳（お持ちの方） ・受診券 ・問診票（記入の上） ・検査希望表（記入の上） 	<ul style="list-style-type: none"> ・保険証 ・健康手帳（お持ちの方）

5月に郵送したもの



※39歳以下の方も受診できます。（検査内容、健診料金は特定健診の方と同様です。）
 ※国民健康保険加入者以外（協会けんぽ、共済など）の方も受診できます。（健診料金については保険者にお問い合わせください。）

《協会けんぽに加入されている被扶養者の皆様の健診について》

- 40～74歳の被扶養者の皆様が受診できる健診は、協会けんぽの特定健康診査です。
- 協会けんぽの特定健康診査は、協会けんぽから費用補助があります。
- 特定健康診査を受診するには、健康保険証と受診券が必要です。
- 平成27年度の受診券は、4月下旬にご自宅（被保険者の方の住所）へお送りしています。
- 健診実施機関や受診方法は、協会けんぽのホームページでご確認いただけます。

【お問い合わせ】
 全国健康保険協会（協会けんぽ）
 島根支部 保健グループ
 0852-59-5204

健診前の注意点

- 午前中受診される方は、なるべく健診前10時間以上は水以外の飲食は避けましょう。
- 午後受診される方は、軽めの朝食をとって、なるべく朝食後は水以外の飲食は避けましょう。
- お薬はふだん通り服用してください。（ただし、血糖の薬は服用しないでください。）

健診内容と料金

①基本項目（全員が受ける検査）

特定健診：1,000円 後期高齢者健診：無料

- ・血圧 ・尿検査 ・問診 ・医師診察
- ・計測…身長、体重、腹囲（特定健診のみ）
- ・採血…貧血、血糖、尿酸、肝機能、腎機能（クレアチニン） 脂質（悪玉・善玉コレステロール、中性脂肪）

②オプション検査（希望により受ける検査）

採血

- 胃ペプシノゲン検査：2,100円
- 肝炎検査：1,000円
- 前立腺がん検査：1,600円
- 甲状腺機能検査：1,300円

その他

- 眼底検査：500円 心電図：500円
- 骨密度測定：1,500円
- 腹部エコー：3,600円