

令和4年度八峰町集団健康診査のお知らせ

令和4年度の健康診査を下表日程のとおり実施します。検診日程、検診内容、検診対象等をよくご確認ください。別紙『八峰町集団健康診査申込調査』に記入し、4月15日(金)まで、担当の保健衛生委員に届けて下さい。

	検診会場	実施月日	受付時間		検診内容及び検診対象						
日中検診	八峰町文化ホール	6月16日(木)	午前9:30~10:30	午後1:00~2:00	<ul style="list-style-type: none"> ● 特定健康診査 40歳~74歳の町国民健康保険加入者及び検診時75歳以上 ● 一般健康診査…19歳~39歳 ● 心電図検査(秋田県立脳血管研究センターとの連携事業) 特定(一般)健康診査を受診かつ結果の提供に同意される方 ● 肺がん検診…19歳以上 ● 喀痰検査…20歳以上 ● 大腸がん検診…30歳以上 ● 前立腺がん検診…50歳~80歳の偶数年男性 ● 肝炎検査…40歳以上の肝炎検査を受けたことのない方 						
		6月17日(金)	午前9:30~10:30	午後1:00~2:00							
		6月23日(木)	午前9:30~10:30	午後1:00~2:00							
		6月24日(金)	午前9:30~10:30	午後1:00~2:00							
土曜検診	八峰町文化ホール	6月18日(土)	午前7:00~8:00	(特定・前立腺・肝炎)	<ul style="list-style-type: none"> ● 特定(一般)健康診査・心電図検査・肺がん検診・喀痰検査・大腸がん検診・前立腺がん検診・肝炎検査(対象は上記参照) ● 胃がん検診(胃部X線)…30歳以上 						
		6月25日(土)	午前7:00~9:00	(肺・大腸・胃)							
胃がん検診	八峰町文化ホール	8月29日(月)	午前6:00~8:00		<ul style="list-style-type: none"> ● 胃がん検診(胃部X線)…30歳以上 注:むせやすい方または誤嚥しやすい方は、医療機関での検診をおすすめします。						
		8月30日(火)	午前6:00~8:00								
		8月31日(水)	午前6:00~8:00								
		9月8日(木)	午前6:00~8:00								
		9月9日(金)	午前6:00~8:00								
子宮がん・乳がん検診	八峰町文化ホール	9月14日(水)		午後12:00~1:00	<ul style="list-style-type: none"> ● 子宮がん検診(細胞診・超音波検査)…20歳以上の女性 ● 乳がん検診(乳房X線) マンモグラフィ1方向…50歳以上の女性 マンモグラフィ2方向…40歳~49歳の女性 注:9月16日は乳がん検診のみ実施						
		9月15日(木)		午後12:00~1:00							
		9月16日(金)注	午前9:30~11:00	午後1:00~2:30							
		9月20日(火)		午後12:00~1:00							
		9月21日(水)		午後12:00~1:00							
※ 医療機関の検診予約については、5月下旬発行のお知らせ版でご確認ください											
骨粗鬆症検診	八森保健センター	10月27日(木)	午前9:30~11:30	午後1:30~3:00	● 骨粗鬆症検診…20歳~80歳の女性						
		10月28日(金)									
検診料金	<ul style="list-style-type: none"> ● 一般健康診査 ● 大腸がん検診 ● 胃がん検診 			<ul style="list-style-type: none"> ● 前立腺がん検診 ● 喀痰検査 ● 肝炎検査 		<ul style="list-style-type: none"> ● 子宮がん検診 ● 乳がん検診 ● 骨粗鬆症検診 		<ul style="list-style-type: none"> ● 特定健康診査 ● 心電図検査 ● 肺がん検診 		<ul style="list-style-type: none"> ● 令和5年3月31日現在満70歳以上 ● 住民税非課税世帯(非課税証明書提示) ● 生活保護受給者世帯 	
	各検診 500円			無料		全て無料					

40歳~74歳の町の国民健康保険以外の方へ

町の集団検診・人間ドックで特定健康診査を受ける方は、それぞれ加入している健康保険組合の**特定健康診査受診券**を持参して下さい。詳細については、加入している保険組合または会社等へお問い合わせ下さい。



個別受診勧奨「コール・リコール事業」のお知らせ

八峰町では、胃がん検診の受診率を高めるため受診勧奨を行う「コール・リコール事業」を実施しています。今年度は、胃がん検診の無料クーポン対象の方に、秋田県総合保健事業団がん検診コール・リコールセンター(Tel.018-884-5531)から、10月中旬頃電話で受診案内がいきます。病気の予防、早期発見、早期治療のために、年に一回はがん検診を受けましょう。

[無料クーポン:対象者へ5月下旬郵送]

人間ドック	<ul style="list-style-type: none"> ● 申込方法…希望者が直接医療機関に電話予約のこと ● 助成対象年齢…満30歳以上の方 ● 助成対象医療機関…能代厚生医療センター・秋田県総合保健事業団(その他の医療機関の受診は助成対象外となり全額自己負担) 	人間ドック受診後の会計時に助成額が差し引かれます
脳ドック	医療機関で実際に要した脳ドック費用の半額(ただし上限20,000円)を助成	脳ドック受診後、結果通知書・領収書を持参し、福祉保健課へ申請して下さい

【問い合わせ先】 八峰町福祉保健課 (Tel.76-4608) 八峰町八森保健センター (Tel.77-4050)

後期高齢者健康診査の流れ

★後期高齢者の健診は「フレイル健診」とも言われています。

〔緑色の受診券が届く〕

75歳以上の方と65歳以上の障害認定を受けている方

〔医療機関と受診日を決める〕

受診する医療機関（裏面）と、日にちを決めます。

〔健康診査を受ける〕

当日は、「受診券・質問票」「健康保険証」を持参します。

※注意事項※

- ▶健診前10時間は、水以外の飲食物は取らない。
- ▶健診前日の過度な飲酒や運動は控える。

受診券

保険証

〔健診結果を確認〕

約1～2か月後、ご自宅に郵送で届きます。
毎年の結果を保管し、変化を確認しましょう。

★「フレイル予防」へのギアチェンジ★

“フレイル”とは、心や身体が弱っている状態のことです。毎日の生活を送るのに不自由はないけれど、そのままでは介護が必要になる危険性が潜んでいます。

最近、肥満よりも痩せている方が健康上のリスクが高いことが分かってきました。低栄養に注意し、しっかり食べて筋力をつけましょう。

変化を確認するために来年も健診を受けましょう😊

ほとんどの病
院が
予約不要で
受診OK!

後期高齢者健康診査のご案内

健康づくりの
第一歩

健診を受けて体の状態を確認し、健康長寿を目指しましょう。

対象者	75歳以上の方（65歳以上の障害認定を受けている方も含みます。）			
健診費用	無料 ◎約1万円の健診費用が無料になります。			
受診期間	令和4年6月1日（水）～令和5年3月31日（金）まで			
健診でわかること（健診内容）				
問診	質問票でフレイルの危険性を確認できます。	血	脂質	動脈硬化が進行すると、心筋梗塞などをまねきます。
診察		液	血糖	糖尿病が重症化すると、網膜症や腎症などの合併症をまねきます。
血圧	血管の老化を調べます。	検	肝機能	お酒だけでなく、お薬の影響でも肝臓に負担がかかります。
身体計測	やせに注意しましょう。	査	腎機能	年齢を重ねると、腎機能はだんだん衰えてきます。
尿検査	尿糖	糖の量を調べます。		医師の判断で実施する項目
	尿蛋白	蛋白の量を調べます。		
				心電図検査、貧血検査、眼底検査

どちらか1つ選択

後期高齢者健康診査または人間ドック、いずれか年度内1回の受診となります。
重複して受けた場合、後から受けた健診費用が全額自己負担となりますのでお気をつけください。

人間ドックのご案内

後期健診に、がん検診や他の検査を追加して詳しく検査したい方

お願い

※「後期高齢者健康診査受診券（緑色）」を病院へ必ず提出してください。受診券を利用すると、該当する検査項目へ費用を助成しています。

対象者	30歳以上の方	
助成医療機関	・能代厚生医療センター（健診センター） 予約受付時間 11:00～16:00	☎0185-52-3111
	・秋田県総合保健センター（ドック健診課） 予約受付時間 8:30～17:15	☎018-831-2013
申込み方法	直接、医療機関へ電話予約します。	
健診内容	個人によって異なりますので医療機関へご確認ください。	
健診費用		

後期高齢者健康診査医療機関一覧		電話番号		
八峰町	八峰町営診療所（本院のみ）	●	76-3813	
	〈診療曜日〉火曜・水曜・木曜・金曜 〈診療時間〉午前9時～正午 / 午後1時30分～午後5時			
	八峰町八ツ八ツの町診療所	●	70-4550	
能代市	淡路医院	●	52-5015	
	小野医院	●	53-2700	
	加賀医院	●	54-8080	
	金田医院	●	73-2511	
	木村医院	●	52-2500	
	京内科クリニック	●	52-1315	
	工藤泌尿器科医院	●	54-9055	
	小泉医院	●	52-2427	
	後藤内科医院	●	55-0500	
	さいとう医院	●	52-5131	
	佐々木医院	●	52-3629	
	白坂内科胃腸科医院	●	54-6624	
	ジェイコー秋田病院	●要予約※	52-3271	
	瀬川医院	●	54-3322	
	関口レディースクリニック	●	53-5121	
	たかはしレディースクリニック	●	55-0033	
	富町クリニック	●	52-9870	
	永沢医院	●	52-4274	
	成田産婦人科医院	●	52-3317	
	西塚医院	●	54-1670	
	能代厚生医療センター	●要予約※	52-3111	
	能代循環器・呼吸器科内科	●	52-7890	
	能代病院	●	52-6331	
	能代南内科内視鏡クリニック	●	54-9011	
	平野医院	●	54-3181	
	三田医院	●	58-3858	
	ミナトクリニック	●	53-2020	
	山須田医院	●	54-3120	
	わたなべ整形外科	●	52-8881	
	わたなべ内科医院	●	74-7333	
	三種町	鹿渡内科医院	●	87-3030
		佐藤医院	●	83-2326
ドラゴンクリニック		●	85-4666	
森岳温泉病院		●	83-5111	
	柳谷内科クリニック	●	85-2117	

予約方法

『八峰町民として“後期高齢者健康診査”を受けたい』と予約時にお伝えください。

後期高齢者健診の質問票では、フレイル状態になっていないかをチェックできます。

もしフレイルの可能性があったとしても、
早いうちに対応することで元の状態に戻ることができます。

No.	質問内容
1	あなたの現在の健康状態はいかがですか
2	毎日の生活に満足していますか
3	1日3食きちんと食べていますか
4	半年前に比べて固い食べ物※が食べにくくなりましたか ※さきいか、たくあんなど
5	お茶や汁物などで、むせることがありますか
6	6か月間で、2～3kg以上の体重減少がありましたか
7	以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか
8	この1年間に転んだことがありますか
9	ウォーキングなどの運動を週に1回以上していますか
10	周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあるとされていますか
11	今日が何月何日か分からないときがありますか
12	あなたはタバコを吸いますか
13	週に1回以上は外出していますか
14	普段から家族や友人と付き合いがありますか
15	体調が悪いとき、身近に相談できる人がいますか

No.1 主観的な健康感について
90歳以上の約6割の人が、自分の健康状態を「よい・まあよい・ふつう」と感じています。自分が健康だと思うことは、体に良い影響を与えてくれます。

No.2 心の健康状態について
フレイルになると、うつ病になる可能性が高くなります。運動機能が低下し、やがて寝たきりになる危険性があります。

No.3 食習慣の状態について
さまざまな食品をバランスよく食べている方は、フレイルになりにくいことが分かっています。低栄養を予防することが大切です。

No.4・No.5 噛む力や飲み込む力について
噛む力や飲み込む力が低下（オーラルフレイル）し、柔らかいものばかり食べていると、誤嚥性肺炎や窒息の危険性が高まります。

No.6 低栄養状態のリスクについて
体重減少がある人は、介護が必要な状態になりやすいことが分かっています。

No.7・No.8・No.9 運動能力や転倒のリスクについて
運動する習慣をもつことで、足腰の筋力が鍛えられ、フレイル予防につながります。

No.10・No.11 認知機能の低下について
運動する習慣をもつことで、認知機能の改善に効果があります。

No.12 喫煙習慣について
肺疾患（肺がんなど）との関連があります。

No.15 相談相手について
いざというときに身近に頼れる人がいないと、急な体調不良や振込詐欺などの被害にあってしまうリスクを高めてしまいます。

No.13・No.14 閉じこもりや社会とのつながりについて
週1回も外出しない人は、歩行や認知機能の障害が発生しやすいです。ボランティアなどに参加している人は、介護が必要になりにくいことが分かっています。