

健康でいるために

40歳～74歳の特定健康診査・75歳以上の健康診査

対象

4月1日現在、国民健康保険に加入している40歳以上の方(平成31年3月31日までに達する方も含む)または後期高齢者医療制度に加入している方

※対象者には6月下旬に受診券を郵送します。ただし、4月2日以降に転入などで国民健康保険や後期高齢者医療制度に加入した方で特定健康診査・健康診査の受診を希望される方は保健センターまでご連絡ください。

期間

7月1日(日)～10月31日(水)の4か月間

※期間後半は医療機関が混雑するので、早めに受診してください。

受診の流れ

①受診券が届く

対象の方には6月下旬に受診券(黄色の封筒)が届きます。

②健診を申し込む

健康診査実施医療機関に健診の予約をします。

③健診を受診する

申し込みした日時に受診します。

④結果を受け取る

健診を受けた医療機関を再度受診し、医師の説明を受けて健診結果(受診者控え)を受け取ります。

⑤特定保健指導を受ける

健診結果により、特定保健指導の該当者には案内が届きますので、保健センターに電話または窓口にて、特定保健指導の予約をします。

15ページでは、生活習慣病予防に取り組んでいる「ヘルスメイト二宮」のみなさんをご紹介します!



追加健診の金額

希望により、特定健康診査と健康診査に追加できる検査があります。

胸部レントゲン(肺がん)検査…600円

便潜血(大腸がん)検査…500円

P S A (前立腺がん)検査…400円

C型肝炎ウイルス検査

(未受診の方のみ)…800円

※生活保護世帯は無料となります。

平成30年度 特定健康診査・健康診査 実施医療機関一覧表(50音順)

医療機関	住所	電話番号
井上整形外科	百合が丘1-1-1	☎72-4114
加藤クリニック	百合が丘2-4-1	☎71-8443
さくら診療所	二宮1421-2	☎74-6724
さだもとクリニック	二宮821-30	☎72-5737
湘南大磯二宮クリニック	二宮795	☎71-1612
住田医院	二宮122-8	☎71-0179
たけすえ小児科	二宮904	☎71-9735
西山クリニック	二宮1285-1	☎71-1212
二宮胃腸内科クリニック	中里989-7	☎73-2911
二宮しおみクリニック	二宮479-5	☎70-6288
百合が丘クリニック	百合が丘2-1-2	☎73-0082
横山医院	二宮1048-2	☎72-2580

※予約必要の有無など医療機関の詳細については、対象者に郵送される案内をご覧ください。

健診結果を活かしましょう!

えっ! 94cm!?
いつのまに…。
これからは定期的
にチェックし
なきゃ!



メタボの目安

腹囲(おへそ周り)
男性85cm以上、女性90cm以上

健康診査の結果、メタボリックシンドロームのリスクがある方に特定保健指導をしています。特定保健指導とは、生活や食事の習慣を見直し、改善できることから実践していけるよう、保健師と管理栄養士が個別にアドバイスをするものです。

また、未病センターにのみや「健康づくりステーション」が保健センター内にあり、骨健康度測定器や体脂肪率、筋肉量などを計る体組成計などの測定機器を無料で使用できますので、健康チェックにお役立てください。

いま調べよう

問 子育て・健康課健康づくり班 ☎71-7100

乳がん・子宮頸がん・大腸がん・胃がん集団検診 予約制

とき(受付時間)	ところ	検診名	方法	対象	定員	費用	その他
9月6日(木) 9:00~10:30 13:00~14:30 8:30~11:00 13:00~14:30 受付時間 8:30~11:00	保健センター	乳がん	マンモグラフィ	40歳以上	次のいずれかに該当する方 ・平成30年4月~平成31年3月までに偶数年齢に達する方 ・平成29年4月~平成30年3月に未受診の方	100名	1,600円 40代は2,000円
		子宮頸がん	細胞診(頸部のみ)	20歳以上		100名	1,200円
		大腸がん	便2日法	40歳以上の男女		100名	500円
		胃がん	バリウム検査			80名	1,400円
		胃がんリスク	血液検査				3,100円
年齢、課税・非課税世帯、障がいの有無にかかわらず、費用は同一金額(生活保護世帯は無料)							

申込

郵送：はがき(1枚につき1名)に①住所②氏名③電話番号④生年月日⑤検診日⑥検診名を記入し郵送で申し込み
〔〒259-0123 二宮町二宮1410 保健センター子育て・健康課 あて〕

窓口：保健センターで直接申し込み



申込期限

郵送：7月30日(月)
※当日消印有効
窓口：7月31日(火)

その他

- ・受診者には案内を郵送します。(8月下旬に発送予定)
- ・申込多数の場合は抽選とし、抽選に外れた方には8月上旬に電話連絡し、次の検診時は優先します。
- ・当日の受付時間は受診者の人数によって振り分け、送付する案内でお知らせします。
- ・この検診では、経過観察および精密検査目的の受診はできません。
- ・駐車場は検診車が入りますので、利用できません。

乳がん・子宮頸がん個別検診 予約制

とき	検診名	方法	対象	費用
6月29日(金)~ 平成31年2月28日(木)	(A)乳がん	マンモグラフィ	40歳以上	2,900円
	(B)子宮頸がん	細胞診(頸部のみ)	20歳以上	2,800円
次のいずれかに該当する方 ・平成30年4月~平成31年3月までに偶数年齢に達する方 ・平成29年4月~平成30年3月に未受診の方				

申込

平成31年1月31日(木)までに保健センターに電話で申し込み
8:30~17:15(平日)
申し込み後、受診券が届いたら下記の実施医療機関へ予約してください。
(東海大学医学部大磯病院は町から予約します)
※詳細は受診券と一緒に送付する案内をご覧ください。

実施医療機関一覧表

医療機関	住所	実施検診 (A)乳がん (B)子宮頸がん
東海大学医学部大磯病院	大磯町月京21-1	A、B
倉田会メディカルサポートクリニック	平塚市四之宮2-7-8	A、B
湘南健診センター	平塚市宝町10-4スポーツプラザ神奈中1階	A、B
神奈川県予防医学協会	横浜市中区日本大通り58	A、B
はだの南レディースクリニック	秦野市立野台1丁目2-3	B
前田産婦人科	平塚市松風町13-37	B
小清水産婦人科	平塚市徳延683-1	B

みなさんは、**健康寿命**という言葉を知っていますか？健康寿命とは、健康的に日常生活を送れる期間のことです。いつまでも健康でいられるためには、食事や運動することなど日頃の生活に気をつけることも重要ですが、普段から、身体の健康をチェックすることも、とても大切なことです。

特定健康診査や健康診査、がん検診を生活習慣病予防、病気の早期発見の機会とし、

**健康寿命を
延ばしましょう！**

