

# 7月のみらい健診②

◎肝炎ウイルス検診・がん検診のみご希望の方は、比較的待ち時間の少ない午後の受診をお勧めします。  
◎健診当日は被保険者証（健康保険証）、特定健康診査・後期高齢者の健康診査を受診する方は、受診券をお持ちください。

## 7月実施のみらい健診② [予約不要・胃がん検診なし]

実施日	会場・受付時間	
	午前 10 時～11 時 30 分 / 午後 2 時～3 時	
7月	8 日(月)	保健福祉センター（古川 1015-1） リフト車あり
	10 日(水)	板橋コミュニティセンター*
	11 日(木)	谷井田コミュニティセンター*

\*印の会場は、駐車スペースに限りがあるため、徒歩や乗り合わせでお越しください。お車での来場を希望される方は、みらい健診①の利用をご検討ください。

▼開場 午前 9 時 30 分  
※検査機材搬入のため、開場前の健診会場内への入場はできませんので、ご理解ご協力をお願いします。

■**みらい健診②開場時間**

●**健(検)診項目**  
○胸部検診・肺がん検診(65歳以上は結核検診を含む) ○前立腺がん検診 ○大腸がん検診 ※1 ○肝炎ウイルス検診 ○特定健康診査・基本健康診査・後期高齢者の健康診査 ○喀痰細胞診 ※2 ※1：みらい健診②受診の方は、健診当日に採便容器を受け取り、後日回収する方法と、事前に採便容器設置場所から容器を取り、健診当日提出する方法があります。

▼採便容器設置場所 健康増進課 伊奈庁舎・谷和原庁舎市民窓口 課、図書館、きらくやますこやか福祉館、各コミュニティセンター(みらい平、谷井田、板橋、小絹)、伊奈公民館

※2：健診当日申し込んでください。容器を受け取り、痰を3日間採取し、後日提出します。  
★がん検診は、被保険者証(健康保険証)の種類に関係なく、受診できます。各健(検)診項目には「対象者」「対象年齢」「自己負担額」が定められています。詳しくは「市健康管理予定表」をご覧ください。  
※各検診は年度内1回のみです。

■**負担額の減免制度**  
生活保護受給者・住民税非課税世帯の方は、負担額が免除になります(一部除外項目あり)。  
○生活保護受給者：みらい健診当日にその旨を申し出てください。  
○住民税非課税世帯の方：事前に「令和元年度住民税非課税世帯証明書」を取得し、みらい健診当日にご提示ください。  
※当日、提示がない場合は減免制度対象外となります。  
▼証明書取扱窓口 伊奈庁舎税務課/谷和原庁舎市民窓口課  
▼手数料 200円  
※印鑑を持参の上、健診で使用する旨を窓口でお伝えください。  
※個人の住民税非課税証明書は無効です。

■**オプション検査**  
基本健康診査・後期高齢者の

健康診査を受診する方は、次の負担額で受診できます。

①心電図検査…1620円  
②眼底検査…1620円  
③貧血検査…320円  
右の①③すべて…2150円  
○腎機能検査…210円  
※オプション検査の内容は、国民健康保険の「特定健康診査」には、すでに含まれています。  
※オプション検査は、減免制度対象外となります。

■**社会保険加入者・被扶養者の方へ**  
年度末までに40歳になる社会保険加入者および被扶養者の方で、「特定健康診査」を希望する場合は、事前に各医療保険者(ご加入の健康保険組合)に受診の可否をお問い合わせください。  
※みらい健診当日は、被保険者証(健康保険証)と医療保険者発行の「特定健康診査受診券」が必要となります。

## 熱中症を予防しましょう!

### 予防の基本は「水分補給」と「暑さを避けること」

これからの季節は熱中症にかかる危険性が高まります。それほど暑くない日でも、湿度が高い日や風が弱い日、体が暑さに慣れていないときは注意が必要です。熱中症はきちんと対策をとれば防ぐことができます。

#### 【すぐにできる!熱中症予防対策】

- のどが渇かなくてもこまめに水分補給をしましょう。
- 扇風機やエアコンで室温を調整しましょう。
- 外出時は帽子や日傘で直射日光を避けましょう。
- 体調が悪い日は外出をできるだけ避けましょう。

小さなお子さんや高齢者の方は特に注意が必要です。十分な対策を取り、体調の変化に気をつけるとともに周囲にも気を配り、熱中症による健康被害を防ぎましょう。

問 健康増進課（保健福祉センター内） ☎ 25 - 2100