

～年に一度の健康チェック！～

☆☆平成23年度みらい健診のご案内☆☆

市では、4月～8月にかけてみらい健診①と、10月～2月にかけてみらい健診②を実施します。

健康診査は、ご自身の健康管理にとっても大切です。

年に1回健診を受けて、健康的な生活を送りましょう！

みらい健診①は、胃がん検診があり、予約制です。
みらい健診②は、胃がん検診がなく、予約は必要ありません。

《4月～5月に実施されるみらい健診①（胃がん検診あり・要予約）》

実施日	会場	申込期間	定員	健診当日受付時間
4月28日(木)	伊奈保健センター	4月18日(月)～20日(水)	各日 200人	①午前7時～7時30分 ②午前8時～8時30分 ③午前9時～9時30分 ④午前10時～10時30分
5月20日(金)	谷和原保健福祉センター	4月25日(月)～28日(木)		
5月21日(土)	伊奈保健センター			

◆みらい健診①の申し込み方法

▼申し込み方法①申込受付専用電話

☎ 25-2983

②谷和原保健福祉センター窓口

▼申込受付時間＝午前9時～午後5時

※上記以外の方法による受け付けおよび同一世帯のご家族以外の申し込み受け付けはできません。

※受付開始から30分は電話が集中し、大変かかりにくくなっています。ご了承ください。

※申込期間中であっても、定員になり次第締め切らせていただきます。

●各健診項目には、対象者・対象年齢・負担額などが定められています。6月以降のみらい健診の日程など、詳しくは、「平成23年度つくばみらい市健康管理予定表」をご覧ください。

●受診券について

平成23年度「基本健康診査」「特定健康診査」「後期高齢者の健康診査」の対象となる方へ、4月中旬から下旬に市から健康診査受診券を郵送します。この受診券は、健診を受診する際に必要となりますので、大切に保管のうえ、健診日当日で持参ください。

社会保険被扶養者等のがん検診受診について

市が行うがん検診、肝炎ウイルス検診、婦人科検診などは、ご加入の被保険者証（健康保険証）の種類に関係なく受診できます。市から受診券が届かない方でも受診できます。

また、みらい健診時に特定健康診査受診を希望する場合は、事前にご加入の各医療保険者にお問い合わせください。

～国民健康保険加入者の方へ～ 特定健康診査のお知らせ

日本人の死因の3割を占める心疾患と脳血管疾患。最近になって内臓脂肪を減らすことで病気の発症を抑えることが明らかになってきました。

国民健康保険に加入している40歳以上74歳の方全員に、年1回の特定健診の受診をお勧めしています。

特定健診の受診方法

1. 市で実施している「みらい健診」を受診する。
2. 人間ドック、脳ドックの助成制度を利用し、医療機関で受診する。(4月21日発行の広報紙で周知予定です)
3. 「医療機関健診」市と契約している医療機関で特定健診が受診できます。

※詳しいことは下記までお問い合わせください。

○特定健康診査・後期高齢者の健康診査・人間ドック・脳ドック助成に関すること

伊奈庁舎国保年金課 ☎58-2111 (内線1185)

○基本健康診査・がん検診・肝炎ウイルスに関すること

健康増進課 ☎25-2100

保健カレンダー（4月）

○子どもの健診・教室など 会場：谷和原保健福祉センター

事業名	期日	時間	対象
3～4カ月児健診	25日(月)	午後1時～1時30分	平成23年1月生
1歳6カ月児健診	20日(水)	午後1時～2時	平成21年9月生
2歳児歯科健診	13日(水)	午後1時～2時	平成21年3月生
3歳児健診	7日(木)	午後1時～2時	平成20年2月生
離乳食教室(前半)	14日(木)	午後1時～2時	5カ月～8カ月児向け
離乳食教室(後半)	(予約制)	午後2時30分～3時30分	9カ月～12カ月児向け
ひよこ広場(ピヨピヨ組)※	12日(火)	午前10時～11時30分	1カ月～8カ月児と保護者
ひよこ広場(ココ組)			9カ月～12カ月児と保護者
ポリオ(予防接種)	6日(水)	午後1時～2時	3カ月～90カ月未満児

※ピヨピヨ組は、谷和原公民館が会場です。

○相談

	日時	会場
移動健康相談 (予約不要)	15日(金) 午前9時30分～11時30分	小絹コミュニティセンター

※健診などの詳しい内容は、「健康管理予定表」をご覧ください。