

健康診断は受けましたか？

「みらい健診②のご案内」

健康診断の受診は、受診結果がご自身の健康管理の指針となり、健康状態の把握や生活習慣病予防のために、大変有効です。

市の健康診断（みらい健診）は、年度（4月から翌年3月）ごとに1回受診となります。

本年度の健診をまだ受けていない方は、2月に実施する健康診断を受けて、ご自身の健康状態をチェックすることを、お勧めします。

対象となる方

市内在住の18歳以上の方が対象です。ただし、次に該当する方は除きます。

- ・本年度内に、すでにみらい健診①または②を受診された方
- ・本年度内に、職場や医療保険者によって健診を受診された方（予定も含む）
- ・本年度内に、人間ドックを受診された方（予定も含む）

受診できる健診項目

健診では、次の項目を受診できます。※胃がん検診なし

各健診項目には「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「つくばみらい市健康管理予定表」をご覧ください。

【健診項目】特定健康診査、基本健康診査、後期高齢者の健康診査、介護予防スクリーニング検診、肝炎ウイルス検診、肺がん検診、結核検診、大腸がん検診（※）、喀痰細胞診（※）、前立腺がん検診、血清クレアチニン検査

（※）健診当日に容器を配布し、後日回収します。
注：がん検診は、健康保険証の種類に関係なく受診できます。

持ち物

- ・被保険者証（健康保険証）
- ・自己負担額

日程・会場

健診の日程および会場は、下記のとおりです。

各日とも午前中は混雑が予想されますので、時間に余裕をもってお越しください。

【健診の日程・会場】

実施日	会場	
	午前9時30分～11時	午後1時30分～3時
2月5日(土)	谷和原保健福祉センター	
2月6日(日)		
2月7日(月)	伊奈保健センター	



ご注意

●社会保険等加入者の被扶養者の特定健康診査受診は、各医療保険者へお問い合わせください。

●生活保護受給者の方は、自己負担額が免除となります（一部項目を除く）。健診当日、その旨をお申し出ください。

●住民税非課税世帯の方は、健診当日「住民税非課税世帯証明書」（健康増進課指定様式）の提示により、自己負担額が免除となります（一部項目を除く）。

- 問** ◆特定健康診査、後期高齢者の健康診査について
伊奈庁舎国保年金課 ☎58-2111（内線1185）
- ◆介護予防スクリーニング検診について
伊奈庁舎介護福祉課 ☎58-2111（内線1175）
- ◆基本健康診査、その他の検診項目について
健康増進課(谷和原保健福祉センター内) ☎25-2100

保健カレンダー（2月）

○相談

	日時	会場
移動健康相談 (予約不要)	9日(水) 午前9時30分～11時30分	きらくやますこやか福祉館

●詳しくは「健康管理予定表」をご覧ください。

○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	23日(水)	午後1時～2時	平成22年11月生
1歳6カ月児健診	9日(水)	午後1時～2時	平成21年7月生
2歳児歯科健診	18日(金)	午後1時～2時	平成21年1月生
3歳児健診	4日(金)	午後1時～2時	平成19年12月生
パパママ教室(予約制)	26日(土)	午前9時～正午	ご夫婦で参加できる方
離乳食教室(前半)	17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)※	2日(水)	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)	16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。