

# 令和6年度 会津美里町 各種健(検)診・教室のお知らせ(成人版)

福島県のメタボ率は全国ワースト4位です！メタボリックシンドロームは、高血圧や糖尿病等の疾病の重症化につながります。がん疾患も生活の質に大きく影響を及ぼす病気ですが、早期発見により完治も可能な病気です。

～「あなたとあなたの家族のために」定期的に健康診査・がん検診を受診しましょう～

## 健康診査・がん検診の申し込み方法

### 手順① 自分の年齢から受けられる健康診査・がん検診を確認しましょう。

本紙1～4ページをご覧ください、受診対象となっている健康診査・がん検診をご確認ください。

#### 健康診査

- <40～74歳の国民健康保険加入者>  
申し込み不要です。受診の案内が届きます。
- <後期高齢者医療保険加入者(75歳未満で後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方も含む)>  
新規に受診を希望される方は申し込みが必要です。
- <19～39歳の学校・勤務先で受診機会のない方(40歳以上の生活保護世帯も含む)>  
新規に受診を希望される方は申し込みが必要です。受診したことがある方には受診の案内が届きます。

#### がん検診

- 昨年度までの検診希望に変更のある方、新規に受診を希望する方は申し込みください。
- 町のがん検診を申し込まれたことがある方は、対象者に受診の案内が届きます。
- ☆ポイント  
加入保険(国民健康保険、社会保険等)に関係なく受診可能です。  
※職場等で検診を受ける機会のある方や、治療中・経過観察中の方は対象となりません。

### 手順② 集団健(検)診を受診するか施設健(検)診を受診するか決めましょう。

#### 集団健(検)診

- 保健センターなど町内の施設にて、健(検)診日程に来所して受診する。
- ☆ポイント  
総合健(検)診では、健康診査とがん検診を同日受診できます。(乳がん検診・子宮がん検診除く)

#### 施設健(検)診

- 町内及び会津管内の指定医療機関を選び、健(検)診期間内にご自身で予約して受診する。
- ☆ポイント  
健(検)診実施期間が長いため、ご都合にあわせて指定医療機関を受診することができます。

☆新規に受診を希望する方及び検診希望に変更がある方は「令和6年度会津美里町各種健(検)診申込書」に記入し、本庁舎又は各支所に提出してください。郵送・電話でのお申し込みも受付しています。申込期限：令和6年4月30日(火)






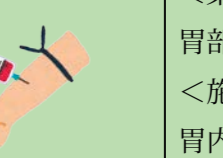
### 手順③ 健(検)診開始前に、「受診カード〔集団健(検)診〕又は「受診票〔施設健(検)診〕」が届きます。

※施設健(検)診の場合、受診可能な医療機関の確認は、本紙をご覧ください。

### 手順④ 必要物品を持参し、「集団健(検)診会場」又は「医療機関」で受診してください。

※集団健(検)診の各会場日程については本紙をご確認ください。

## 総合健診一覧表

健(検)診 種類 対象者	健康診査			がん検診					
	国保特定健康診査 (会津美里町国民健康 保険加入者)	後期高齢者健康診査 (後期高齢者医療保険 加入者)	その他の健康診査 (学校・勤務先等で受診 機会のない方)	胸部検診(結核/肺がん検診) 喫煙者・受動喫煙のリスクが ある方は受診しましょう!	肺がん検診(喀痰検査)	大腸がん検診 男女ともに死亡数が 多いがんです!	前立腺がん検診	肝炎ウイルス検査	胃がん検診 ヘリコバクターピロリ菌感染 者は罹患リスクが高いです!
19～39歳			集団健診						
40～49歳	集団健診・施設健診			集団検診のみ		集団検診のみ		集団検診のみ	集団検診のみ
50～74歳	集団健診・施設健診	(65歳以上の一部対象者)		集団検診のみ	集団検診のみ	集団検診のみ	集団検診のみ	集団検診のみ	集団検診・施設検診
75歳以上		集団健診・施設健診		集団検診のみ	集団検診のみ	集団検診のみ	集団検診のみ	集団検診のみ	集団検診・施設検診
自己負担額	無料	無料	無料	無料	300円	200円	200円	無料	集団 800円 施設 3,000円
検査内容	身体計測・血液検査・尿検査・血圧測定・心電図検査・眼底検査・医師診察  ※19～39歳の方は医師診察がありません。			胸部レントゲン検査 	喀痰検査 	便潜血検査 	血液検査 	血液検査 	<集団検診> 胃部透視検査(バリウム) <施設検診> 胃内視鏡検査(胃カメラ)
備考	社会保険の扶養家族で町の集団健診会場での受診を希望される方は、加入保険(事業所)に町の集団健診で受診可能か確認の上、受診ください。受診される場合は、「特定健診受診券」「健康保険証」「健診費用」を必ずお持ちください。また、尿検査キットを役場本庁舎・本郷支所・新鶴支所でお渡ししますので、窓口にお越しください。 ※40歳以上の生活保護世帯の方も同様に健康診査を受診できます。			喫煙者は非喫煙者と比べて男性は4～5倍、女性は2～3倍肺がんになりやすいです。	喫煙指数(1日の喫煙本数×喫煙年数)が600以上の方が対象 * 集団健診会場にて申し込みください。	女性のがんによる死亡数の第1位、男性は第2位と多くの方が大腸がんで亡くなっています。(2021年人口動態統計)	男性の診断されるがんの中で一番多いです。(2019年全国がん登録罹患データ)	今まで肝炎検査を受けたことがない方が対象 * 陽性だった場合、県では精密検査費用の助成なども行っています。	施設検診(胃カメラ)は50歳以上の偶数年齢の方が対象

※年齢算定基準は令和7年3月31日です。

## 総合健診日程

受付時間	本郷庁舎	新鶴高齢者福祉センター	保健センター
7:30 ～10:00	7月22日(月)・7月23日(火)	7月30日(火)	8月19日(月)・8月20日(火)
	7月24日(水)	7月31日(水)	8月21日(水)・8月22日(木)
	7月25日(木)	8月1日(木)	8月23日(金)・8月24日(土)
	胃がん検診がない日です	8月2日(金)	8月27日(火)・8月28日(水)
	7月28日(日)		8月29日(木)・8月30日(金)
	7月29日(月)		8月31日(土)

※本郷地区の総合健診会場が本郷体育館→本郷庁舎に変更となります。

## 胃がん施設検診

自己負担額については、令和5年度町県民税課税・非課税世帯により算出しています。後日、健(検)診を申し込まれた方に届く「受診カード」や「受診票」に自己負担額を記載していますので、ご確認ください。

- ① 実施期間 令和6年7月1日～令和7年3月10日
- ② 指定医療機関 高田厚生病院・もこぬま内科消化器科医院・坂下厚生総合病院・福島県立宮下病院・金山町国民健康保険診療所
- ③ 注意事項 \* 胃の病気で、治療中の方・手術を受けられた方・又は胃に自覚症状がある方・胃バリウム検査を受けられた方は、検診の対象となりません。  
\* 申込者の名簿を指定医療機関へ事前に提出する予定です。提出する事に同意をお願いします。

## 国保特定健康診査・後期高齢者健康診査(施設健診)

- ① 実施期間 令和6年7月1日～令和7年1月31日
- ② 指定医療機関

会津若松医師会	会津中央病院・会津西病院・竹田総合病院
両沼郡医師会	高田厚生病院・吉川医院・もこぬま内科消化器科医院 坂下厚生総合病院

## ☆かかりつけ医を持とう!

1. 日頃のみなさまの健康状態を知ってもらえる。健康に関することを何でも相談できる。
2. 症状に応じた専門家の紹介がスムーズ  
必要な時は専門の医師・医療機関を紹介してくれる。
3. 病気の予防や早期発見・早期治療にもつながる。

かかりつけ医はどの世代の方にとっても健康をサポートするたのしい存在となります。必ず1人に決める必要はありませんので、話しやすく信頼のおけるかかりつけ医を持ちましょう!



乳がん検診・子宮がん検診・骨粗鬆症検診のご案内

早期発見のために対象の年齢に なったら検診を受けましょう！  
 乳がんの罹患率は30歳代から上昇し、早期乳がんの10年生存率は95%以上です。30歳になったら乳房超音波検査を、40歳からはマンモグラフィを受けましょう！子宮頸がんは20～30歳代の若年の罹患数が増加しています。20歳になったら子宮がん検診を受けましょう！

検診名	受診方法	対象者	検査内容	自己負担額	場所	日程	備考	
乳がん検診	集団検診	30～39歳	乳房超音波検査	600円		集団検診日程をご覧ください。		
		40～49歳の偶数年齢	マンモグラフィ2方向	600円				
		50歳以上の偶数年齢	マンモグラフィ1方向	500円				
	施設検診	30～39歳	乳房超音波検査	200円		竹田総合病院	令和6年7月1日～12月30日	年に1回受診可
		40～49歳の偶数年齢	マンモグラフィ2方向	1,100円		竹田総合病院 会津中央病院 会津医療センター	令和6年7月1日～10月31日	2年に1回受診可 ※昨年度未受診の方も受診可
			※乳房超音波検査も併用可	1,400円 マンモグラフィと乳房超音波検査を併用した場合				
		50～69歳の偶数年齢	マンモグラフィ1方向	900円				
※乳房超音波検査も併用可	1,200円 マンモグラフィと乳房超音波検査を併用した場合							
70歳以上	マンモグラフィ1方向	900円						
子宮がん検診	集団検診	20歳以上	子宮頸部細胞診	500円	集団検診日程をご覧ください。			
	施設検診	20歳以上	子宮頸部細胞診	900円	子宮がん施設検診指定医療機関一覧表をご覧ください。	令和6年7月1日～令和7年2月22日	年に1回受診可	
骨粗鬆症検診	集団検診	40・45・50・55・60・65・70歳の女性	かかとの超音波検査	無料	集団検診日程をご覧ください。			

集団検診日程

検診名	受付時間	本郷庁舎	新鶴高齢者福祉センター	保健センター	
乳がん検診 (完全予約制)	予約された時間	7月9日(火)	9月30日(月)★	8月7日(水)・8月8日(木)	
		7月10日(水) (午前のみ)★		9月3日(火)・9月12日(木)★	
		★印がついている日は、30歳代の超音波検査も実施します。		9月13日(金)・9月14日(土)	
				9月20日(金)	
子宮がん検診 骨粗鬆症検診	受けられる検診の種類により受付時間が決まります。	7月16日(火)	10月4日(金)	8月6日(火)	
				9月7日(土)	

～乳がん集団検診は完全予約制になっています～

今年度から30歳代の乳がん集団検診のご予約はWEBからでも行うことができます！

\*詳細については、乳がん集団検診を希望される方に検診開始前にWEB予約方法について案内を郵送いたします。



乳がん検診の申し込み・予約方法、予約状況については、町のホームページからご覧いただけます。



※乳がん検診(マンモグラフィ)を希望する方で、授乳中、妊娠中、ペースメーカー装着中、豊胸術・V-Pシャント実施者の方は指定医療機関で乳房超音波検査のみの受診となりますので、事前に健康増進係までご連絡ください。

☆検診を受ける前にお読みください。

- ・昨年度のがん検診の結果が要精密検査で未受診の方は、医療機関による精密検査を受診してください。
- ・がん検診の最大のメリットは、早期発見・早期治療による救命が期待できますが、検診でがんを100%見つけることはできません。
- ・年度内に受診できる各種検診はおひとり様1回となっており、同じ検診の重複受診はできません。重複して受診した場合は、後で受診した検診に要する費用は全額受診者の負担となります。

子宮がん施設検診指定医療機関一覧表

会津若松医師会	会津中央病院・あみウイメンズクリニック・おのぎレディースクリニック 竹田総合病院・なるせとみこレディースクリニック
両沼郡医師会	坂下厚生総合病院
喜多方医師会	山田産婦人科医院・ゆうゆうクリニック

# 体づくり教室 ～動ける体をつくるために～

運動を習慣化することで、体力の維持向上や、生活習慣病を予防しましょう。  
 対象：町民の方 参加費：無料 申込み：不要 時間：午後1時30分～3時(受付：午後1時～)  
 運動しやすい服装でご参加ください。水分補給のために飲み物をご持参ください。

[高田コース]：保健センター		[本郷コース]：本郷庁舎		[新鶴コース]：新鶴高齢者福祉センター	
1回目	4月26日(金)	1回目	4月24日(水)	1回目	4月17日(水)
2回目	5月21日(火)	2回目	5月20日(月)	2回目	5月29日(水)
3回目	6月18日(火)	3回目	6月11日(火)	3回目	6月26日(水)
4回目	7月4日(木)	4回目	7月24日(水)	4回目	7月22日(月)
5回目	8月5日(月)	5回目	8月26日(月)	5回目	8月28日(水)
6回目	9月2日(月)	6回目	9月19日(木)	6回目	9月25日(水)
7回目	10月8日(火)	7回目	10月17日(木)	7回目	10月21日(月)
8回目	11月7日(木)	8回目	11月14日(木)	8回目	11月20日(水)
9回目	12月12日(木)	9回目	12月17日(火)	9回目	12月18日(水)
10回目	1月17日(金)	10回目	1月15日(水)	10回目	1月21日(火)
11回目	2月4日(火)	11回目	2月12日(水)	11回目	2月18日(火)
12回目	3月7日(金)	12回目	3月12日(水)	12回目	3月17日(月)

## 「ふくしま健民カード」を使ってお得に健康管理しましょう！



「ふくしま健民カード」とは？  
 みなさんの健康づくりを応援するカードです。

### 歩数が反映されるアプリがおすすめ！



こちらからダウンロードできます

- ① スマートフォンで「ふくしま健民アプリ」をダウンロードします。
  - ② 日々の歩数がポイント化され、各ミッション(例：町健康診査や体づくり教室、献血など)に参加することでポイントを獲得することができます。
  - ③ 目標ポイントに達成すると「ふくしま健民カード」が画面に表示されます！
- ※記入台紙を使用して参加することも可能です。記入台紙は、本庁舎、各支所等で設置しています。

県内1,600店舗以上の協力店で「ふくしま健民カード」を提示することで、お得な特典を受けることができます！

### ★健康メモ★

- 1日歩数8,000歩を目指しましょう！ 身体活動量が多いと、病気や死亡リスクが低くなります。
- 野菜やきのこ、海藻類を食事の最初に食べましょう！ 血糖値の急上昇を抑え、生活習慣病の予防・改善が期待できます。
- 減塩を心がけましょう！ 食塩の摂り過ぎは、高血圧のリスクになります。減塩調味料などがおすすめです。

# 令和6年度会津美里町各種健(検)診申込書(新規・変更希望者の方)

※町の健(検)診を申し込まれたことがある方は、同様の健(検)診内容の通知が届きますので、申込不要です。

申込日 令和 年 月 日 氏名 \_\_\_\_\_ 性別 男・女 \_\_\_\_\_

生年月日 昭和・平成 年 月 日 ( 歳 ) \_\_\_\_\_

住 所 会津美里町 \_\_\_\_\_ 電話番号 \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_

健(検)診申込み内容： 希望する健(検)診項目に○をつけてください。

いずれか選択	<input type="checkbox"/>	後期高齢者健康診査 集団健診 (受診日時点で75歳以上の方)
	<input type="checkbox"/>	後期高齢者健康診査 施設健診 (受診日時点で75歳以上の方)
	<input type="checkbox"/>	その他の健康診査 集団健診のみ (19～39歳の方・40歳以上の生活保護世帯の方)
<input type="checkbox"/>		胃がん検診：胃内視鏡検査〔胃カメラ〕施設検診 (50歳以上の偶数年齢の方) ※医療機関へ個人情報を提供する場合がありますので、同意するにチェック✓をお願いします。□同意する
<input type="checkbox"/>		胃がん検診：胃部透視検査〔バリウム〕集団検診 (40歳以上の方)
<input type="checkbox"/>		胸部検診〔胸部レントゲン検査〕集団検診 (40歳以上の方)
<input type="checkbox"/>		大腸がん検診〔便潜血検査〕集団検診 (40歳以上の方)
<input type="checkbox"/>		前立腺がん検診〔血液検査〕集団検診 (50歳以上の男性)
<input type="checkbox"/>		肝炎ウイルス検査 (40歳以上で今まで肝炎検査を受けたことのない方)
どちらか選択	<input type="checkbox"/>	子宮がん検診 集団検診 (20歳以上の女性)
	<input type="checkbox"/>	子宮がん検診 施設検診 (20歳以上の女性)
どちらか選択	<input type="checkbox"/>	乳がん検診 集団検診 (30歳以上の女性) 40歳以上の方は、偶数年齢の方にだけ通知します。
	<input type="checkbox"/>	乳がん検診 施設検診 (30歳以上の女性) 40歳以上の方は、偶数年齢の方にだけ通知します。
<input type="checkbox"/>		骨粗鬆症症検診 (40.45.50.55.60.65.70歳の女性)※該当年齢の時にだけ通知します。

きりとりせん

きりとりせん

## こころの健康相談

開催日	スタッフ	時間	
5月13日(月)	臨床心理士	13:30～16:30	眠れない、やる気が出ない、お酒を飲んで仕事に支障をきたす、子どもの様々な問題が続くなど、こころの健康が気になったら相談ください。 ◆場 所：保健センター ◆対 象：心の健康に関する困りごとを抱える方や家族の方 ◆申 込：事前に電話等で相談時間の予約をお願いします。 (健康ふくし課健康増進係 ☎ 55-1145) ◆費 用：無料 ◆そ の 他：保健師による相談は、随時受付いたします。
6月19日(水)	精神科医師	15:00～16:30	
7月 8日(月)	臨床心理士	13:30～16:30	
9月 6日(金)	臨床心理士	13:30～16:30	
10月23日(水)	精神科医師	15:00～16:30	
11月11日(月)	臨床心理士	13:30～16:30	
1月20日(月)	臨床心理士	13:30～16:30	
2月19日(水)	精神科医師	15:00～16:30	
3月10日(月)	臨床心理士	13:30～16:30	

# 令和6年度会津美里町各種健(検)診申込書(新規・変更希望者の方)

※町の健(検)診を申し込まれたことがある方は、同様の健(検)診内容の通知が届きますので、申込不要です。

[ ※同一世帯で他に申し込まれる方がいる場合にご使用ください。]

申込日 令和 年 月 日 氏名 \_\_\_\_\_ 性別 男・女 \_\_\_\_\_

生年月日 昭和・平成 年 月 日 ( 歳 ) \_\_\_\_\_

住 所 会津美里町 \_\_\_\_\_ 電話番号 \_\_\_\_\_

健(検)診申込み内容： 希望する健(検)診項目に○をつけてください。

いずれか選択	<input type="checkbox"/>	後期高齢者健康診査 集団健診 (受診日時点で75歳以上の方)
	<input type="checkbox"/>	後期高齢者健康診査 施設健診 (受診日時点で75歳以上の方)
	<input type="checkbox"/>	その他の健康診査 集団健診のみ (19～39歳の方・40歳以上の生活保護世帯の方)
	<input type="checkbox"/>	胃がん検診：胃内視鏡検査〔胃カメラ〕施設検診(50歳以上の偶数年齢の方) ※医療機関へ個人情報を提供する場合がありますので、同意するにチェック✓をお願いします。□同意する
	<input type="checkbox"/>	胃がん検診：胃部透視検査〔バリウム〕集団検診(40歳以上の方)
	<input type="checkbox"/>	胸部検診〔胸部レントゲン検査〕集団検診(40歳以上の方)
	<input type="checkbox"/>	大腸がん検診〔便潜血検査〕集団検診(40歳以上の方)
	<input type="checkbox"/>	前立腺がん検診〔血液検査〕集団検診(50歳以上の男性)
	<input type="checkbox"/>	肝炎ウイルス検査(40歳以上で今まで肝炎検査を受けたことのない方)
	<input type="checkbox"/>	
どちらか選択	<input type="checkbox"/>	子宮がん検診 集団検診(20歳以上の女性)
	<input type="checkbox"/>	子宮がん検診 施設検診(20歳以上の女性)
どちらか選択	<input type="checkbox"/>	乳がん検診 集団検診(30歳以上の女性) 40歳以上の方は、偶数年齢の方にだけ通知します。
	<input type="checkbox"/>	乳がん検診 施設検診(30歳以上の女性) 40歳以上の方は、偶数年齢の方にだけ通知します。
	<input type="checkbox"/>	骨粗鬆症検診(40.45.50.55.60.65.70歳の女性)※該当年齢の時にだけ通知します。

きりとりせん

## きりとりせん

～献血にご協力ください～ 町内に献血バスが来ます、実施日については町ホームページ等で発信します。



★献血をすることで、血液を必要とする病気やけがの患者さんの治療に役立っています。

★献血をする際は健康状態を確認するために血液検査をします。血液検査(生化学検査・血球計数検査)の結果は後日ご自分で確認することができるため、体の状態を知ることができます！

### ■生化学検査

「ALT」、「γ-GTP」は肝臓の機能について知ることができ、また「グリコアルブミン」は糖尿病の検査のひとつでもあります。この他にも「コレステロール値」などの項目があります。

### ■血球計数検査

「赤血球数」、「白血球数」、「血小板」などの項目があり、「ヘモグロビン濃度」は貧血の有無を知る目安となります。

★血液検査の結果について保健指導を希望される方は、下記問い合わせ先にご連絡ください。随時、保健師の健康相談を実施しています。

## 発行元・問い合わせ先

〒969-6292

会津美里町字新布才地1番地

会津美里町健康ふくし課健康増進係 電話 0242-55-1145



※健(検)診日程などは、町のホームページでもご覧いただけます。

※LINEにて最新情報を発信します。町公式アカウントを友達登録して、最新情報をご確認ください。