

平成28年度 三好市総合健診

年1回は必ず健診を受診し、早期発見・早期治療、日常生活や食生活を見直しましょう!



【お申し込み・お問い合わせ先】

**健康ポイント
対象事業です**

三好市役所 健康づくり課
(三好市保健センター内) ☎ 72-6767

三野支所 ☎ 77-4800
井川支所 ☎ 78-5001
山城支所 ☎ 86-1111
西祖谷支所 ☎ 87-2273
東祖谷支所 ☎ 88-2212

◆ 申込方法

□ 希望する健診日や健診項目を電話で申し込みください。ただし、健診日によっては、受診者が多数になった場合、他の日をご案内させていただく事もありますので、ご了承ください。

□ お申し込み後、健診希望日の1週間前までに「問診票・受付時間」などをお送りいたします。

当日は健診を円滑に行うために、時間を割り振りしてご案内させていただきますのでご協力をお願いいたします。

◆ その他

□ 70歳以上の方(28年度中になられる方)または、生活保護世帯・市民税非課税世帯の方は、がん検診個人負担金が無料となります。

□ 75歳以上で特定健康診査を希望される方は、徳島県後期高齢者医療広域連合(☎088-677-3666)までお問い合わせください。

◆ 女性の方限定 レディース健診

総合健診とともに乳がんの検診ができますので、併せて受診される事をお勧めいたします。ただし、乳がん検診に1人当たり約5分かかります。待ち時間が長くなることは、ご了承ください。

□ 日時 9月17日(土) 8時30分~11時、13時~14時30分

□ 場所 三好市保健センター

平成28年度 総合健診項目一覧表

項目	対象者 平成29年3月31日 に到達する年齢	内容	注意事項	個人負担金
特定健康診査 (医療保険者が実施する健診)	40歳~74歳の医療保険加入者および被扶養者で各種医療保険者が健診対象と認めた方。「特定健康診査受診券」と「健康保険証」が必要です。	身体計測・血圧・血液検査・尿検査(心電図・眼底検査…医師が必要と判断した人のみ)	「特定健康診査受診券」をお持ちでない方は、自分が加入する医療保険へお問い合わせいただき、事前に「特定健康診査受診券」の交付を受けてください。三好市国民健康保険の「特定健康診査受診券」は6月末発送予定です。前年度健診結果をお持ちの方はご持参ください。	各種医療保険者ごとの個人負担金
ヤング健診	20歳~39歳	上記の特定健診と同じ	職場などで健診を受けられていない方で、加入保険に関係なく受診する事ができます。(健診中必要な方は保育可能)	1000円
胃がん検診	40歳以上	問診・胃部X線(バリウム)検査	前日の夜9時以降は飲食物を摂らないこと。	400円
大腸がん検診	40歳以上	問診・便潜血検査(2日法)	健診を申し込みされた方に、後日検査容器を送付いたします。	200円
肺がん検診	40歳以上	問診・胸部X線検査	65歳以上は結核検診を含みます。	200円
		問診の結果必要な方のみ喀痰細胞検査	喀痰検査を受ける方は、300円必要です。	300円
肝炎ウイルス検診	40歳以上で過去に肝炎ウイルス検診を受けた事がない方	問診 肝炎ウイルスB型・C型検査(血液検査)	—	無料
前立腺がん検診	50歳以上の男性	問診・血液検査(PSA検査)	—	200円
乳がん検診	40歳以上の女性	問診・自己検診の指導 乳房X線検査(マンモグラフィ)	視触診・甲状腺検診は含まれておりません。昨年、市の乳がん検診を受診した方は対象になりません。(2年に1回)	700円
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	問診・視診、子宮頸部の細胞検査	昨年、市の子宮頸がん検診を受診した方は対象になりません。(2年に1回)	500円

平成28年度 総合健診日程表

実施地区	検診日	検診場所	検診時間	検診項目								
				特定	ヤング	胃	肺	大腸	前立腺	肝炎	乳がん	子宮
三野	8月3日(水)	三野体育館	8:30~11:00	○	○	○	○	○	○	○	○	○
			13:00~14:30	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	8月23日(火)	太刀野山小学校 活性化センター	8:00~9:00 10:00~11:00	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	9月1日(木)	三野体育館	8:30~11:00	○	○	○	○	○	○	○	○	
井川	9月30日(金)	田口石油 三野老人福祉センター 清水集会所	14:45~15:00				○	○				
			15:15~15:30 15:45~16:00				○	○				
	7月22日(金)	井内白銀荘	8:30~11:00	○	○	○	○	○	○	○	○	
	8月1日(月)	西井川白寿荘	8:30~11:00	○	○	○	○	○	○	○	○	
池田	8月19日(金)	ふるさと交流センター	8:30~11:00	○	○	○	○	○	○	○	○	
			9月30日(金)	井内白銀荘 ふるさと交流センター	13:00~13:15 13:45~14:15				○	○		
	7月3日(日)	三好市保健センター	7:00~10:00	○	○	○	○	○	○	○	○	
	7月4日(月)	馬路公民館 佐野公民館	8:00~9:00 10:00~11:00	○	○	○	○	○	○	○	○	
山城	7月14日(木)	三縄公民館 三好市保健センター	7:30~8:30	○	○	○	○	○	○	○	○	
			10:00~11:00	○	○	○	○	○	○	○	○	
	8月6日(土)	白地公民館 三好市保健センター	7:30~8:30	○	○	○	○	○	○	○	○	
			10:00~11:00	○	○	○	○	○	○	○	○	
	8月8日(月)	箸蔵(地域交流センターはくあい) 三好市保健センター	7:30~8:30	○	○	○	○	○	○	○	○	
			10:00~11:00	○	○	○	○	○	○	○	○	
	9月17日(土)	三好市保健センター(レディース健診)	8:30~11:00	○	○	○	○	○	○	○	○	
			13:00~14:30	○	○	○	○	○	○	○	○	
	9月30日(金)	池田総合体育館	8:30~11:00	○	○	○	○	○	○	○	○	
			10月18日(火)	池田総合体育館	8:30~11:00	○	○	○	○	○	○	○
11月1日(火)	三縄公民館 漆川公民館 梅ノ谷集会所 大和川消防詰所付近 野呂内構造改善センター 下野呂内地域交流センター八達 西山北嶺活性化センター	9:00~9:15				○	○					
		10:00~10:15				○	○					
		10:30~10:50				○	○					
		11:20~11:40				○	○					
		13:30~13:45				○	○					
		14:15~14:30				○	○					
西祖谷	7月1日(金)	三名農村環境改善センター 津屋集会所	8:00~9:30	○	○	○	○	○	○	○	○	
			10:30~11:00	○	○	○	○	○	○	○	○	
	7月7日(木)	大和川集会所 大野体育館	7:30~8:00	○	○	○	○	○	○	○		
			9:00~11:00	○	○	○	○	○	○	○		
8月7日(日)	山城支所 河内公民館	7:30~9:00	○	○	○	○	○	○	○			
		10:30~11:30	○	○	○	○	○	○	○			
東祖谷	7月13日(水)	西岡スポーツパーク 善徳消防詰所	8:30~10:00	○	○	○	○	○	○	○		
			10:30~11:00				○	○				
東祖谷	8月5日(金)	西祖谷支所 和田公民館 落合小学校	8:30~11:00	○	○	○	○	○	○	○		
			8:30~9:00	○	○	○	○	○	○	○		
	8月20日(土)	東祖谷総合支所 菅生公民館 名頃公民館	7:30~9:00	○	○	○	○	○	○	○		
			10:00~10:30 10:45~11:00	○	○	○	○	○	○	○		

健幸な体と心のためにできること

健やかで幸せな心身は自分でつくる。その手助けとなれるような情報を発信していきます。

三好市役所 保険医務課
電話 72-7613

未然の予防が大切です

特定健診を受けましょう

「特定健診」は、脳梗塞、脳出血などの脳血管疾患、心筋梗塞、狭心症などの心臓疾患、人工透析などの原因となる腎臓病などを早期に予防するための重要な健診です。また、今月より始まった「三好市健康ポイント事業」の必須項目の一つとなっています。特定健診を受けて、健康寿命の延伸をはかりましょう。



受診期間

7月1日～12月31日

受診時に必要なもの

- ① 国民健康保険証
- ② 特定健診受診券（6月末に送付予定）
- ③ 自己負担額（千円）

※健診当日にいずれか一つでもお忘れになると、特定健診を受診できない場合がございます。

※特定健診を受診される時点で、三好市国民健康保険の資格を喪失されている場合は、三好市が発行した特定健診受診券で受診することはできません。

注意▼三好市国民健康保険以外（組合管掌健康保険、共済組合など）にご加入の方は、医療保険者が発行した「特定健康診査受診券」が必要となります。各医療保険によって、受診券の交付時期、自己負担額など異なっておりますので、ご加入の医療保険者または職場の担当者へお問い合わせください。



特定健診受診率について

平成26年度の三好市特定健診対象者（40歳から74歳の三好市国民健康保険被保険者）は4857人で、うち1731人が健診を受診しました。

受診率は35・6%で、平成25年度の33・9%から上昇しました。県内24市町村のうち13位と、平成25年度の16位よりもアップしています。（市町村国保法定報告値より）

特定健診の結果より

平成26年度の特定健診の結果で、メタボリックシンドローム該当者の割合は三好市全体では減少しており、特に東祖谷では約半分に減少しています。しかし、井川、三野ではやや増加傾向にあります。

糖尿病の検査であるHbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）が基準値より高い人の割合は、三好市全体で、全国、県の平均より高くなっています。血圧、悪玉（LDL）コレステロールの高い方の割合は、三好市全体では、全国、

県よりも少なくなっています。脳卒中、虚血性心疾患、腎臓病（人工透析）は、これらの因子が重なることで発症の危険度が高くなります。特定健診を受けて、予防に取り組みしましょう。

受診方法

① 総合健診（集団健診）で受診する方法

今月号の広報（8ページ）に掲載の「総合健診日程表」をご覧ください。保健センターまたは各支所へ電話にてお申し込みいただくか、5月中旬頃に届く個別通知（総合健診のご案内）にある申込書にご

記入の上、申し込み期間内に保健センターまたは各支所へご提出ください。がん検診と一緒に受診できます。

② 病院で受診する方法

病院で受診される方は、「特定健診受診券」（6月末送付予定）に同封されている「平成28年度特定健康診査実施機関一覧表」から病院を選び、電話にて病院へご予約の上、受診してください。

対象者

40歳から74歳の方（昭和16年10月1日から昭和52年3月31日生まれの方）

保健師や管理栄養士が地域におじゃまします

各地域での寄り合いに、健康の話や健康チェックを取り入れてみませんか？

皆さんが希望される内容に合わせて、保健師や管理栄養士などのスタッフが地域へ出向き、健康の話や健康チェックなどさせていただきます。

【内容】

- 健康チェック
- ・ 血圧測定、尿検査、体重体脂肪率測定など。
- 健康講話
- ・ 保健師による健康の話（健診結果、高血圧、糖尿病など）
- ・ 管理栄養士による食事の話
- ・ 歯科衛生士による歯の話（入れ歯のお手入れやブラッシング方法など）
- ・ 理学療法士による腰痛、肩こり、膝痛改善体操など。



後期高齢者医療制度の健康診査について

後期高齢者医療制度に加入されている方を対象に、糖尿病など生活習慣病の早期発見や重症化の予防のため、健康診査を実施します。

健康診査の対象となる方には「健康診査受診券」をお送りしますので、ぜひ受診しましょう。

■ 健康診査受診券送付時期

- 入院・施設などに入所をされている方または生活習慣病と診断されていない方
- ・ 平成28年8月（予定）
- 前記以外の方で、平成28年4月以降に血液検査や尿検査をされていない方

平成28年8月以降準備ができ次第、三好市役所保険医務課・各支所に健康診査申込書を備え付けますので、受診を希望される方は、担当窓口へ健康診査申込書を提出してください。

平成28年1月から9月に後期高齢者医療制度に加入された方加入時期に応じ、5月から

10月までの間に健康診査申込書を送付します。入院・施設などに入所をされていない方または生活習慣病と診断されていない方で受診を希望される方は、広域連合事務局までお申し込みください。受診券を後日送付します。

- 健診項目
身体計測、血圧測定、血液検査、尿検査
- 受診費用
無料
- 受診期間
受診券を受け取られたときから平成28年12月末日まで

【お問い合わせ先】

徳島県後期高齢者医療広域連合
☎ 088-677-3666

身体障害者相談員・知的障害者相談員をご紹介します

三好市では、身体障害および知的障害のある方が安心して地域生活を送れるように、次の方々に地域での相談支援業務をお願いしています。困ったこと、聞きたいことなど、ご相談ください。

【三好市身体障害者相談員】

地域	相談員氏名	電話番号
三野町	西川 勇	77-2217
三野町	武田 修一	77-3854
三野町	小笠原 宏	77-4131 (FAXのみ)
井川町	石井 英二	090-9558-8479
池田町	太田 包子	74-0668
池田町	北原 忠弘	72-6078
池田町	山口 福敏	72-5859
池田町	向井 君代	74-1541
山城町	橋口 賀代子	86-1889
山城町	藤井 修身	86-1288
西祖谷山村	森下 琴美	87-2134
東祖谷	宮西 智	88-2325

【三好市知的障害者相談員】

地域	相談員氏名	電話番号
三野町	藤原 早月	77-2587
井川町	小松 桂枝	78-3688
池田町	山口 治子	72-0533
山城町	大久保 清一	86-2718
西祖谷山村	古井 秀子	87-2451
東祖谷	中谷 正雄	88-5375

お問い合わせ先
三好市福祉事務所
長寿・障害福祉課
(電話 72-7610)



三好市保健センター
☎ 72-6767
各支所 保健師

三好市保健センター
☎ 72-6767
各支所 保健師