

特定健診のご案内

～コロナ禍の今だからこそ、この機会にぜひ受診を～

40～74歳の瀬戸内市国民健康保険被保険者を対象にした「特定健康診査（ワンコイン健診）」を実施しています。平日、仕事などで忙しく受診が難しい人には、休日に受けることができる健診もあります。



メタボ予防&特定健診PRキャラクター
ゴヒャク・デ・ウケール

問申国保年金医療給付課 ☎0869-24-7096

※受診する際には、以下の持参物が必要です。

- 特定健診受診券（紛失した場合は、国保年金医療給付課にお問い合わせください）
- 国民健康保険証 ●受診料 ●検尿 ●昨年度の健診結果（ある場合）

◆以下の3つの健診から選んで受診できます

集団健診：がん総合健診と 特定健診を同日開催します

特定健診は予約不要です。受付時間に会場にお越しください。がん総合健診の大腸がん・結核肺がん・胃がん（エックス線検査）健診も一緒に受けることができます！

- ▷日時 9月14日（火）
受付：午前7時30分～午前9時30分
- ▷場所 ゆめトピア長船
- ※「けんこう39健診」「後期高齢者健康診査」も受診可能です。

個別健診：医療機関によっては 土曜日に受診が可能です

市内医療機関や岡山市および備前市医療機関（一部除く）で受診する「個別健診」は、医療機関によっては土曜日に受診することが可能です。

- 受診曜日や予約の有無について、必ず事前に医療機関にお問い合わせください。
- ※「けんこう39健診」「後期高齢者健康診査」は市内の医療機関のみで受診可能です。

※けんこう39健診：20～39歳までの瀬戸内市国民健康保険被保険者が対象の健診
※後期高齢者健康診査：瀬戸内市後期高齢者医療被保険者が対象の健診

プレミアム国保総合健診：受付期間を延長中。定員になり次第受付終了！

特定健康診査と対象となるがん健診の全てを受ける人が対象です。オプション検査（別途料金）もあり、人間ドック並みの検査内容となっています。

- 【基本の検査内容】
- 特定健診（採血、身体計測、体脂肪測定、血圧測定、検尿、内科診察）
 - 心電図 ●眼底検査 ●腹部エコー ●骨密度測定
 - 肺がん健診 ●大腸がん健診（検便）
 - 胃がん健診（エックス線検査）

- ▷日時 10月17日（日）
受付：午前8～11時
- ▷場所 中央公民館（邑久）
- ▷基本料金 10,000円
- ▷申込方法
国保年金医療給付課に電話でお申し込みください。（平日の午前8時30分～午後5時15分）
- ※「けんこう39健診」「後期高齢者健康診査」は対象外です。



健康づくり

問 健康づくり推進課
☎0869-26-5961

受け忘れていませんか？
平日のがん総合健診や休日のがん健診を利用して、がん健診を受けましょう！

喫煙とがん



市では、次のとおり『がん総合健診』と『休日健診』を実施します。受けるタイミングを逃したり、仕事の都合などで4～7月に行われたがん健診を受診できなかった人は、この機会を利用してがん健診を受けましょう。

市のがん健診は年1回（胃がん健診は2年に1回）受けることができます。今年度すでに受診した人は対象外となりますので、注意してください。

検診内容・検診料金など、詳しくは健康づくりガイド（広報せとうち3月号に折り込み）や市ホームページで確認するか、健康づくり推進課までお問い合わせください。

▽がん健診日程（会場：ゆめトピア長船）

月日	受付時間	検診項目（定員）	申込開始日
9月14日（火）	7:30～9:00	<ul style="list-style-type: none"> 胃がん【エックス線検査】（50人） 大腸がん※予約不要 結核肺がん（130人） 乳がん（50人） 子宮頸がん（60人） 	8月16日（月）
10月31日（日）	9:30～11:00	<ul style="list-style-type: none"> 乳がん（80人） 子宮頸がん（60人） 	9月30日（木）

<事前申し込み>

事前申し込みが必要な検診（上表の大腸がん健診以外すべて）は、次のとおり申し込みをしてください。

- ▷申込期間 上表の申込開始日から検診日の前日まで
午前8時30分～午後5時15分（土・日曜日、祝日を除く）
- ▷申込方法 健康づくり推進課へ電話（☎0869-26-5961）
またはFAX（☎0869-26-8002）でお申し込みください。
- ※申込受付開始日以前の受付はしていません。
- ※申込期間の開始直後は、電話がつながりにくくなることがあります。
- ▷定員 上表のとおり。先着順・定員になり次第、締め切ります。



<注意事項>

- ・検診日当日は混雑する可能性があります。ご了承の上、お越しください。
- ・大腸がん健診は事前に専用容器の準備が必要です。検査容器は、以下の場所で入手できます（容器代無料）。

【検査容器配布場所】

ゆめトピア長船、市役所（市民課）、牛窓支所、裳掛出張所、中央公民館、長船町公民館、牛窓町公民館、瀬戸内市内の郵便局
※各公民館の分館および日出・木尾簡易郵便局は除く。

禁煙の時期	喫煙を続けている人と比較したメリット
30歳ごろ	寿命が約10年長くなる
40歳ごろ	寿命が約9年長くなる
50歳ごろ	寿命が約6年長くなる
60歳ごろ	寿命が約3年長くなる
生命に関わる疾患の発症後	心臓発作の発症後に禁煙すれば、次の心臓発作が起きる可能性を50%低下させるなど、迅速な効果がある

世界保健機関「たばこ使用者のための禁煙ガイド」（2014年）より抜粋

喫煙は、さまざまながんの原因となっています。日本の研究では、がんによる死亡のうち、男性で40%、女性で5%は喫煙が原因と考えられています。がんの予防のためには、たばこを吸わないことが重要です。現在たばこを吸っている人も、禁煙することによってさまざまながんのリスクを下げることができます。