

年に1度の健康チェック 住民健診を受けよう

集団健診の予約受付は7月1日からです

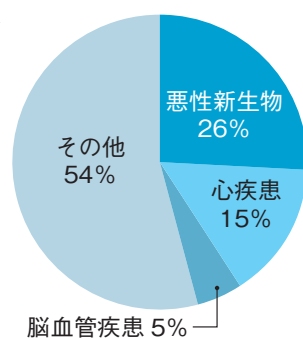
自分は元気だから大丈夫、何かあったら病院に行けばいい、そう思いませんか？

健診を受けることで、生活習慣をはじめとするさまざまな病気の早期発見や予防につながります。

年に1回、健診を受けて自分自身の健康をチェックしましょう。



伯耆町民の死亡原因
(令和5年度)



※出典:鳥取県人口動態統計

「がん」「心疾患」「脳血管疾患」が死亡原因の全体の約半分?!

伯耆町民の死亡要因の約半分が、がん（悪性新生物）、心疾患、脳血管疾患などの生活習慣病となっています。

これらの病気は偏った食事や運動不足、飲酒や喫煙などの生活習慣が原因で引き起こされると言われています。初期段階では自覚症状がないことが多く、いつの間にか病気が進行してしまう危険があります。

※死因のすべてが生活習慣病によるものとは限りません。

伯耆町民の約2人に1人が特定健診を受けています！

特定健診は、40歳～74歳が対象の健診で、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した生活習慣病のリスクの有無を検査するものです。特定健診を受けることで、生活習慣病のリスクを早期に発見することができます。



かかる時間 約1時間 ※検査にかかる時間は目安です。混雑状況により異なります。



目指せ
健康長寿！



住民健診の3つのメリット

メリット1



個人だと最大9,000円の受診費用を、住民健診だと**500円**で受けることができます。また、パック健診で各種がん検診を受ける人は、実質がん検診が**無料**。

メリット2



生活習慣病は、調子が悪くなってから病院に行くのでは手遅れです。定期的に健診を受けることで、**早期発見・早期治療**につながり、あなたの命を守ります。

メリット3



特定健診と合わせて、**特定保健指導**を受けることができます。体調について気になることは、ぜひこの機会にご相談ください。

1 受診までの流れ

①受ける健診を選ぶ

- ・けんしんパスポートを見て、記載してある健診（検診）を確認します
- ・この中から、受たい健診を選んでください

②健診の予約をする

- ・電話またはインターネットで予約をします
- ・予約をするときには、手元に「けんしんパスポート」を用意しましょう

③受診

けんしんパスポートのここに注目！

- 20歳以上の町民全員に「けんしんパスポート」を配布しています。
- 「けんしんパスポート」に載っている検診が、あなたが今年度受けることのできるすべての基本健診・各種がん検診等です。
- 「けんしんパスポート」はいわゆる「受診券」です。受診する際に必要になりますので、1年間大切に保管し健診時にご持参ください。



ここに記載の健診が、あなたが本年度受診できるすべての健診です。この中から、受診したい健診を選んで、申し込んでください。

伯耆町けんしんパスポート

No.9999

個人コード	9999999
生年月日	昭和60年8月20日 (40歳)
性別	女
加入保険	国民健康保険

年齢は令和8年3月31日のものです。

個人コード

予約時に必要です。
電話予約の際には、この番号をお聞きます。

今年度あなたが対象となる健診は以下の通りです。受診の際は必ずこの用紙をお持ちください。

特定健康診査	肺がん検診	大腸がん検診	胃がんリスク	肝炎ウイルス
集団:500円 個別:500円(～12/31) ※問診票記入	集団:無料 個別:500円(～1/15) 喫煙検査:300円(対象者) ※問診票記入	集団:無料 個別:400円(～1/15) ※問診票記入	集団:無料 個別:無料(～3/31)	集団:無料 個別:無料(～1/31) R7 無料受診対象
胃がん検診	子宮がん検診	乳がん検診	骨粗鬆症検診	
集団(1人1人):500円 個別:1,100円(～1/15) ※問診票記入	集団:300円 個別:700円(～1/31) 子宮体がん検診:600円 ※医師が必要と認めた場合	集団:無料 個別:無料(～1/31)	集団:300円 個別:400円(～1/31)	
人間ドック(～1/31)	歯周病検診			
人間ドック:9,000円 ●●朝晩	個別:500円(～12/31) ※健康増進室へ要申込 ※詳しくは町HPをご覧ください			

※人間ドックを受ける場合は、重複して健診・検診を受けることはできません。
※人間ドック・婦人科検診は1/1～その他の健(検)診は7/1～の実施です。
予約の際はご注意ください。

伯耆町 健康対策課
0859-68-5536

国保特定健康診査受診券（国保特定健診・後期高齢健康診査対象の方）

受診券整理番号	9999999999	保険者番号	
被保険者番号		性別	女
氏名	伯耆 花子	生年月日	昭和60年8月20日(40歳)
住所	伯耆町吉長37-3	個人番号	9999999

個別医療機関での受診を希望する人は、医療機関に直接ご予約ください。

2 集団健診実施日・場所

日程により会場が異なります。ご注意ください。

実施日	予約受付	会 場	検診種別		当日受付時間
			基本健診・ がん検診	レディース 検診	
7月24日（木）：午前	第1回	鬼の館	○	○	午前 8:30～10:30 午後 13:30～15:00
7月24日（木）：午後			○	○	
7月25日（金）：午前			○	○	
8月 7日（木）	第2回	農村環境 改善センター （本庁舎横）	○		8:30～10:30
8月 8日（金）			○	○	
9月11日（木）			○		
9月12日（金）			○		
9月26日（金）			○		
9月27日（土）			○	○	
10月 6日（月）			○	○	
10月 7日（火）			○		
11月 4日（火）			○		
11月 5日（水）	○		○		
11月21日（金）	○				
11月22日（土）	○		○		
12月 5日（金）	第3回		○	○	
12月 6日（土）			○	○	

3 集団基本健診・各種がん検診の内容と受診料

■基本パック検診の内容【自己負担金：500円】

検診項目	対象年齢等
基本健診（特定、後期を含む）	20～39歳の人と40歳以上の国保または後期高齢の被保険者および社会保険の被扶養者
胃がんリスク検診	20～70歳の未受診者
肺がん結核検診	40歳以上
大腸がん検診	40歳以上
肝炎ウイルス検診	40歳以上の未受診者
前立腺がん検診	50歳以上の男性

これらの検診が
セットで**500円**で
受診できます。お得！



■単独で受けることができる検診

検診項目	受診料	対象年齢等
胃がん検診	500円	40歳以上
肺がん検診 （喀痰検査）	300円	50歳以上の対象者のみ
子宮がん検診	300円	20歳以上の女性
乳がん検診	500円	40歳以上の 令和6年度未受診の女性
骨粗鬆症検診	300円	30歳以上の 令和6年度未受診の女性

検診項目	受診料	対象年齢等
★胃がんリスク検査	無料	20～70歳の未受診者
★肺がん結核検査	無料	40歳以上
★大腸がん検査	無料	40歳以上
★肝炎ウイルス検査	300円	40歳以上の未受診者
★前立腺がん検診	500円	50歳以上の男性

★マークの検診は、基本パック検診では無料です。
単独の検診の場合は、受診料が必要なものもあります。

集団健診は、完全予約制です。(すべての健診を15分ごとの予約制で実施します。)

予約は、電話またはインターネット、健康対策課窓口で受け付けます。

電話予約

■受付時間 平日9:00~16:00 ※定員に達し次第終了

■予約専用電話 **0859-30-4489**

(ご予約の際は、けんしんパスポートをお手元にご用意ください。個人コードなどをお聞きます。)

■電話予約受付期間

	受付開始日	受付終了日	予約できる健診月
第1回	7月 1日(火)	8月7日(木)	7月、8月
第2回	8月26日(火)	10月6日(月)	9月、10月
第3回	10月15日(水)	12月5日(金)	11月、12月

※予約の空きがあれば、前日の17時まで予約が可能です。

■送迎 ※平日のみ

健診会場までの交通手段がない人は、送迎を行います。

希望する人は、受診日の1週間前までにお申し込みください。

インターネット予約

■インターネット予約受付期間

	受付開始日	受付終了日	予約できる健診月
第1回	7月 1日(火)	希望健診日の 前日まで	7月、8月
第2回	8月26日(火)		9月、10月
第3回	10月15日(水)		11月、12月



◀ご予約はこちら
(町ホームページ)

■予約方法 伯耆町ホームページからご予約ください。

(ご予約の際は、けんしんパスポートをお手元にご用意ください。個人コードの入力が必要です。)

健診当日の持ち物

- ①けんしんパスポート
- ②資格確認書等またはマイナ保険証
- ③問診票



▲伯耆町
ホームページ



▲特定健診
特設サイト

より詳しい健診情報は、町ホームページまたは各世帯へ配布している健診案内文書をご確認ください。

大腸がん検診 検査キットの窓口受取

大腸がん検診は予約不要です。下記窓口受取日にけんしんパスポートをご持参のうえ、健康対策課窓口までお越しください。
※代理の人でも受け取れますが、受診者の便通の様子や自覚症状などの問診を行います。

●窓口受取日●

日 程：7/29 (火)、9/30 (火)、11/25 (火)、
12/10 (水)

時 間：9:00~16:00

ところ：本庁舎 健康対策課窓口

料 金：無料



問い合わせ先

健康対策課 健康増進室

☎0859-68-5536