

健康チェックで家族の安心を手に入れよう！

住民健診のお知らせ

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、そう思っていないませんか？

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。

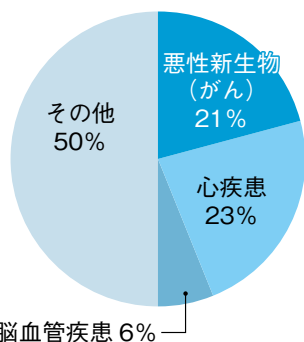
年に1回、健診を受けて自分自身の健康チェックをしましょう。



データでみる伯耆町

死亡原因は「がん」「心疾患」「脳血管疾患」が全体の約半分！

伯耆町民の死亡原因
(令和4年度)



※死因のすべてが生活習慣病によるものとは限りません。

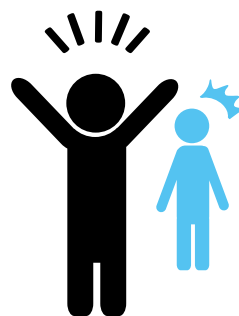
これらの病気は、
偏った食事や運動不足、飲酒や喫煙などの生活習慣が原因で引き起こされると言われています。初期段階では自覚症状がないことが多く、いつの間にか病気が進行してしまう危険があります。



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。



住民健診って、どんないいことがあるの？

メリット1 早期発見

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が、**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2 相談ができる

特定保健指導を受けることができます。生活習慣を見直すきっかけとなり、病気の予防に取り組みます。将来的な医療費を減らすこともできるかも！

メリット3 費用が安い

個人だと最大9,000円の受診費用が、住民健診だと**500円**で受けることができます。また、一部のがん検診をセット（基本パック健診）で受けると、実質がん検診が**無料**。

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、記載してある健診内容を確認します
- ・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」に載っている健診が、あなたが今年度受けることのできる全ての基本健診・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。
- 太線枠内に記載の検診は、「基本パック検診」として基本健診とセットで500円で受診できます（集団健診会場のみ）。

ここに記載の健診が、あなたが受診できる全ての基本健診・各種がん検診等です。この中から、受たい健診を選んで、申し込んでください。

伯耆 花子 様

今年度 伯耆町けんしんパスポート

世帯番号	123456
個人コード	1234567
生年月日	昭和49年1月1日(50歳)
性別	女
加入保険	

年齢は令和6年3月31日現在のものです。

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。

特定健診	肺がん検診	大腸がん検診	胃がんリスク検診	肝炎ウイルス検診
500円 ※問診票記入	集団：無料 個別：500円 ※問診票記入	集団：無料 個別：400円 ※問診票記入	集団：無料 個別：無料	集団：300円
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。				
胃がん検診	子宮がん検診	乳がん検診	骨粗鬆症検診	
集団(ﾊﾞｰｼｮﾝ)：500円 個別：1,100円 ※問診票記入	集団：300円 個別：700円	集団：500円 個別：600円	集団：300円 個別：400円	
もの忘れ検診		風しん抗体検査		
個別：無料 ※生活相談室へ要申込		集団：無料 ※要クーポン券持参		

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。

太線枠内に記載の検診は、基本健診とあわせて500円で受診できる検診(基本パック検診)です。

必ず裏面をご確認ください。

伯耆町 健康対策課
0859-68-5536

太線枠外に記載の検診は、基本パック検診のオプションまたは、単独でも受診できる検診です。(別途、自己負担金が必要です。)

個別医療機関での受診を希望される方は、医療機関に直接ご予約ください。

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				*****			
被保険者番号				*****			
氏名			伯耆 花子		性別	女	
生年月日		昭和 49 年 1 月 1 日 (50 歳)			個人番号		1234567
住所		吉長 3 7 番地 3					
有効期限		R6.3.31 (健診期間は R5.12.31 まで)			保険者番号		310896

2 集団健診実施日・場所

令和6年度は日程により会場（鬼の館または改善センター）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			受付時間
			基本 健診	がん 検診	レディース 検診	
7月24日（水）	第1回	鬼の館	○	○		8:30～10:30
7月25日（木）			○	○	○	
7月26日（金）			○	○	○	
8月 7日（水）		農村環境 改善センター （本庁舎横）	○	○		
8月 8日（木）			○	○		
8月 9日（金）			○	○	○	
9月12日（木）	○		○			
9月13日（金）	○		○			
9月14日（土）	○		○	○		
10月 4日（金）	第2回		○	○	○	
10月 7日（月）			○	○		
10月 8日（火）			○	○		
11月 8日（金）		第3回	○	○		
11月15日（金）			○	○	○	
11月16日（土）			○	○	○	
12月 5日（木）	○		○	○		
12月 5日（木） 午後				○	14:00～15:15	
12月 6日（金）	○		○		8:30～10:30	
12月 7日（土）	○		○	○		
12月16日（月）	○		○			

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【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及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	自己負担金	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歳以上の偶数年齢の女性
骨粗鬆症検診	300円	30歳以上の偶数年齢の女性

検診項目	自己負担金	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

- ・単独の検診の場合は自己負担金が必要なものもあります。
- ・★マークの検診は、基本パック検診に含まれます。

4 集団健診の予約方法

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

予約は、電話、インターネット、健康対策課窓口で受け付けます。

☎ 電話予約の方法

■電話予約受付日 (受付時間 平日9:00~17:00) ※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 2日(火)	8月 8日(木)	7月、8月
第2回	8月27日(火)	10月 8日(火)	9月、10月
第3回	10月16日(水)	12月13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へ、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の方法

■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 2日(火)	各健診日の1週間前	7月、8月
第2回	8月27日(火)		9月、10月
第3回	10月16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保険証

③問診票

④クーポン券

(風疹抗体検査の受診者のみ)



▲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付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、対象日時に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月30日(火)、9月18日(水)、11月11日(月)、
11月19日(火)、12月10日(火)

時 間：9:00~17:00

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 健康推進室 ☎0859-68-5536