



「すこやか市民健診」の2次募集

年に1回は健診を受け、自分の健康を守りましょう
申込期限 6月27日(金)必着

「平成26年度すこやか市民健診」の追加申込みを受け付けます。
 「すこやか市民健診」の受診には、事前の申込みが必要です。
 5月26日から6月27日まで2次募集を行います。まだ申込みをしていない方は、ぜひ、この機会に申し込みください。
 《問合せ》健康増進課 ☎24-11127・24-7034

健診の申込方法

申込書は、2月下旬に次の方に郵送しています。
 ・40～74歳で豊岡市国民健康保険加入の方
 ・過去3年間に豊岡市の健診(検診)を受診したことがある方

・本年度内に40歳になる方
 ・国が示すがん検診推進対象年齢の方
 申込書が手元にある方は、希望の健診項目に○を付け、返信用封筒に82円切手を貼り、6月27日までに郵送してください。
 ●申込書が手元にない方で、受診を希望する方は、健康

増進課に電話で申し込みください。

●医療機関での人間ドック受診助成および国保特定健診個別健診を申込み済みの方は、申し込みできません(ただし、個別健診を申込み済みの方でもすこやか市民健診でのがん検診は、受診できます)。
 ※歯周病検診は、申込み多数のため終了しました。

▼**申込書送付先** 健康増進課
 〒668-0046 立野町12-12

健診時期・会場

健診の時期は9～12月です。スムーズに受診していた

ため、申し込んだ方に、健診日時・会場を指定して、後日通知します。今回の健診会場は、健康福祉施設(立野町)・日高健康福祉センター・出石健康福祉センターの3会場です。なお、申込人数により、希望の会場と異なる場合がありますが、変更できますので、健康増進課まで連絡してください。
 ●健診内容の詳細は、2月25日発行の市広報紙と一緒に配布したチラシをご覧ください。

がん検診

女性のがん検診(乳がん・子宮頸がん検診)を希望する方も、この機会に申し込みください。

本年度内に40歳になる方は、今年からがん検診の対象となります。健康管理に関心を持っていただくため、本年度に限り、胃がん・肺がん・

《受診料金 (年齢は全て平成27年3月末現在です)》

受診項目	対象者	料金	
基本健診	20～39歳の市民	1,000円	
	40～74歳の豊岡市国民健康保険加入者・生活保護受給者	無料	
	75歳以上の市民	無料	
がん検診	肺がん	40歳以上	400円
	喀痰検査	50歳以上(ハイリスク者に限る)	900円
	胃がん	40歳以上	1,100円
	大腸がん	40歳以上	400円
	前立腺がん	50歳以上の男性	500円
	乳がん	①40歳以上68歳以下の女性で偶数年齢の方⇒視触診とマンモグラフィ検査 ②41歳と70歳以上の女性で偶数年齢の方⇒マンモグラフィ検査のみ	マンモグラフィ検査 1,500円 視触診300円
子宮頸がん	20歳以上の女性	1,400円	
肝炎ウイルス検診	40歳以上で今まで受診したことがない方	800円	
腹部超音波検査	40歳以上	1,500円	

※70歳以上の方は、腹部超音波検査以外は無料で受診できます

肝炎ウイルス検診、もう受けましたか?

肝炎は感染しても症状が軽かったり、無症状な場合も多く、気付かないことがほとんどです。検査は簡単な血液検査ですので、40歳以上でまだ

一時保育のお知らせ

子育て中の方でも健診を受けやすいように、一部の健診日・健診会場で一時保育を設けています。
 一時保育を希望する方は、健康増進課に申込書または電話で申し込みください。

特定健康診査・特定保健指導の実施状況

豊岡市国民健康保険では、平成20年度から特定健康診査(特定健診)・特定保健指導を行っています。
 特定健診は、生活習慣病の前段階であるメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に視点を置いた健診です。また、特定保健指導は、特定健診の結果、生活習慣の改善により予防効果が高いと判断された方を対象に実施しています。実施状況をお知らせします。

《問合せ》健康増進課国保係 ☎24-7034

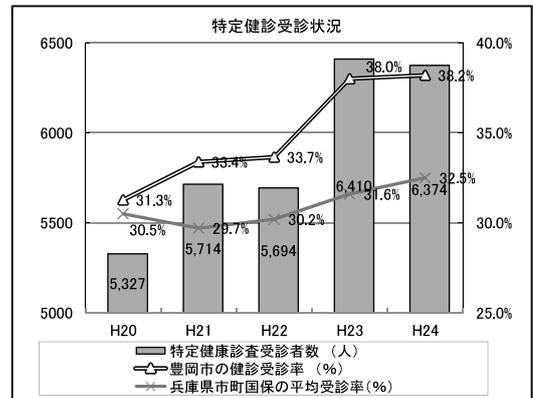
特定健康診査

平成26年度の健診受診率の目標は、45%!!

本市の特定健診受診率(38.2%)は、兵庫県の市町国保の平均(32.5%)よりも高いですが、まだまだ目標値を達成できていません。

特定健診は、すこやか市民健診か、下記登録医療機関での個別健診で受診できます。

医療機関にかかっている方も主治医と相談の上、ぜひ、特定健診を受診してください。



特定保健指導

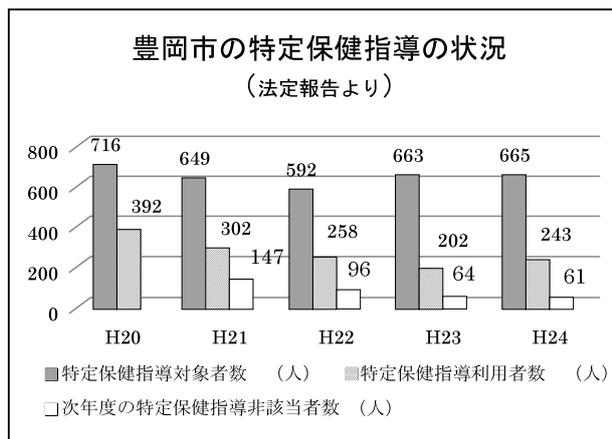
平成26年度の保健指導利用率の目標は、49%!!

本市の特定保健指導の対象者数は、ほぼ横ばいです。利用率は、兵庫県の市町国保の平均より高いですが、年々低下傾向にあります。

特定保健指導を利用した方の約25%が、生活習慣の改善により、次回の健診ではメタボリックシンドロームではなくなります。

平成24年度では、利用した方の77.5%が、腹囲に維持・改善が見られました。平均ではマイナス1.6cm、最高ではマイナス10cmです。体重は72.7%の方に維持・改善がみられ、平均マイナス1.2kg、最高ではマイナス7.4kgでした。

専門家が、今まで自身で気が付かなかった改善すべき生活習慣を見つける支援をしています。一人では、なかなか実践できなくても、一緒に取り組みましょう。案内が届いたら、ぜひ、利用してください。



区分	H20	H21	H22	H23	H24
豊岡市の特定保健指導利用率(%)	54.7	46.5	43.6	30.5	36.5
兵庫県の市町国保の平均利用率(%)	16.4	20.3	17.6	18.7	19.1

《特定健診個別健診登録医療機関一覧》

地区	医療機関名	地区	医療機関名	地区	医療機関名
豊岡	いがらし医院	豊岡	中田医院	竹野	市立森本診療所
	江本内科クリニック		舟木内科医院		北村内科
	大井医院		やすだ内科クリニック		長谷川クリニック
	小西整形外科医院		由利医院		市立神鍋診療所
	さくらクリニック		吉田クリニック	日高	野田消化器科クリニック
	ろっぼう診療所		しらゆり診療所		日高医療センター
	中島医院		浅見医院		市立高橋診療所
	中治内科クリニック		賀嶋医院		市立資母診療所
		城崎		但東	
		竹野			

※各登録医療機関に申込みの上、受診の際は、特定健診受診券と国民健康保険者証を持参してください。