

人間ドック受診助成希望者2次募集

人間ドックの料金を一部助成します



指定医療機関での人間ドック受診基本料金の一部を助成します。

- 対象** 次の条件を全て満たす市民
 - ▷40歳以上の方(2025年3月31日現在)
 - ▷市の指定する医療機関・日程で受診可能である
 - ▷職場等で人間ドック助成制度がない
 - ▷24年度「すこやか市民健診」「個別健診(特定健診)」を受診しない

- 助成対象病院と受診期間**
 - ▷日高クリニック(10月~25年3月)
 - ▷出石医療センター(12月~25年2月)

- 申込み** 8月1日(木)~21日(水)に電話、もしくは健康増進課、国保・年金課、各振興局市民福祉課にある「助成申込書」を窓口に出すまたは郵送

- その他**
 - ▷申込みが多数の場合は、先着順とします。
 - ▷受診日程は、9月中旬ごろお知らせします(日程は希望どおりにならない場合があります)。
 - ▷豊岡病院は、一次募集で定員に達したため二次募集はありません。



▲市ホームページ

《問合せ》健康増進課 ☎24-1127
(〒668-0046、立野町12番12号)

医療機関	種別	定員	基本料金	加入している保険の種類	市助成額
日高クリニック	日帰り (男性60人、女性40人) 胃カメラのみ	100人	40,000円	豊岡市国保・後期高齢者	18,000円
				その他保険	10,000円
出石医療センター	日帰り	9人	44,000円	豊岡市国保・後期高齢者	18,000円
				その他保険	10,000円

※日高クリニックで胃透視を希望する場合は、医療機関に直接相談してください。
※各病院のオプション検査の種類・料金は「人間ドック受診のしおり」または市ホームページを確認してください。

《料金》

年齢	料金
40・45・50・55・60・65歳の方	1,200円 ※市民税非課税世帯、生活保護受給中の方は申請で免除(一度、料金を支払うと返金不可)
41~69歳で希望する方	3,850円 ※免除はありません
70歳の方	無料

※年齢は2025年4月1日現在

骨粗しょう症は、骨の内部がスカスカになり、骨折しやすくなる病気です。背中や腰の痛み、背中が曲がる、背が縮むなども骨粗しょう症の症状です。自分の骨の状態を知るため検診を受け、予防に努めましょう。

▼場所・日時
○日高クリニック(健診センター1階)・10月1日(火)~11月8日(金)午後1時~2時30分※11、25日は実施なし

40~70歳の女性の方
骨粗しょう症検診を受けませんか

《申込み・問合せ》健康増進課 ☎24-1127

検査は簡単、短時間! DXA法

服を着たまま、あおむけに寝て足をまっすぐに伸ばした状態で、また右腰を下にした状態で検査を受けます。痛みもなく、短時間で済みます。

○出石医療センター・10月2日(水)~30日(水)午後3時~4時30分※(火)・(木)および21日は実施なし

▼対象 40~70歳の女性市民
※すでに骨粗しょう症と診断された方、治療中の方、妊娠中の方、腰椎や股関節に金属の入っている方を除く

▼定員 1日あたり日高10人・出石9人(定員に達した時点で募集終了)

▼申込み 8月2日(金)~23日(金)に希望の日時を電話・窓口で予約

働き盛りの世代は、運動不足や睡眠不足などの理由から健康リスクが高い傾向にあります。

そこで、保健師や栄養士が健康づくりに取り組む市内の企業・事業所を支援します。



▲健康づくりに取り組む企業で体力測定会を実施します

- ◇従業員に対する健康づくりの取り組みは、会社の生産性向上や事故予防など、企業にとっても大きなメリットがあります。
- ◇講師料は無料です。
- ◇支援内容は希望により調整しますので、健康増進課に問い合わせてください。

《問合せ》健康増進課 ☎21-9095

【支援内容】

◆基本メニュー◆

▶健康情報のメール配信

働く世代に合わせた季節ごとの健康ワンプイント情報や簡単レシピなどをメールで配信します。

◆追加メニュー◆

▶体組成・体力測定会

体組成計で筋肉率を測ります。体力測定では、下肢筋力やバランス力などを測ります。

▶事業所での健康講話

こころの健康づくり、生活習慣病予防などの講話を実施します。



参加者の声

- 職場でとよおか歩^{あるこ}子^あのグループを作って歩いています。
 - 1年前の自分の筋力と比較できる良い機会になっています。日頃の運動の成果を確認できるので、運動のモチベーションも上がります。
- ※本市が提供している「歩く」ことでポイントをため、楽しみながら健康づくりに取り組むことができるスマホアプリです。
ポイントは市内学校園に寄付することができます。

高齢者世帯に無料で配布しています

救急時に備える「救急医療情報キット」

市では、65歳以上の高齢者のみの世帯などを対象に、救急医療情報キットを無料配布しています。配布を希望する方は、高年介護課に連絡してください。

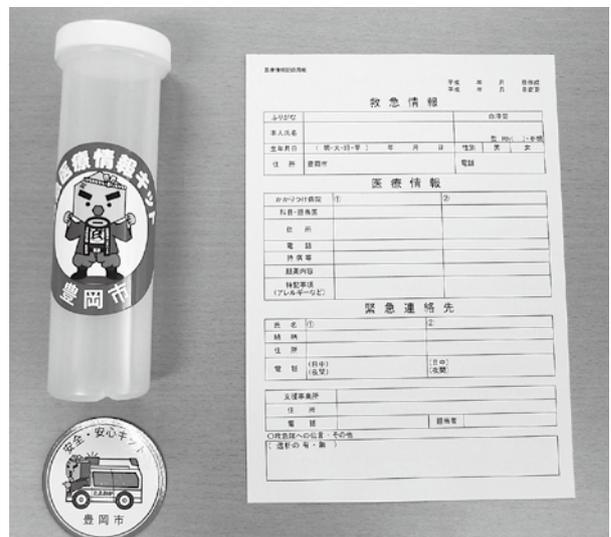
▶救急医療情報キットとは

「かかりつけ病院」「持病等」「服用している薬」などの医療情報や、緊急連絡先が書かれた用紙を専用の容器に入れて冷蔵庫に保管します。自宅で急に具合が悪くなり救急車を呼んだ際などにその情報を確認し、救急隊の迅速な救命活動につなげるものです。

▶いざというときのために、内容の確認・更新を

すでにキットを持っている方は、保存容器の中の「医療情報記録用紙」の内容の確認・更新をお願いします。

《問合せ》高年介護課 ☎29-0055



▲保管容器、医療情報記録用紙、マグネットシールを配布
マグネットシールは駆け付けた救急隊員などが発見しやすいように冷蔵庫の扉に貼りましょう。