

笑顔でイキイキ！健康らんど



みんなで受けよう！「いきいきライフ検診」

町福祉課健康推進係 保健師 阿部 由利子

◆検診内容及び対象者・検診料金

検診の種類	検診内容	対象者	料金
特定健診	身体計測 腹囲測定 尿	町国民健康保険加入者で S47.3.31生【今年度満40 歳になる人】～S11.7.10 （～14）【当日満75歳未満 の人】	無料
健康診査	血液（糖・ 脂質・肝・ 腎ほか） 心電図 眼底 など	町国民健康保険加入者で S47.4.1～S57.3.31生 【今年度満30歳～39歳】	
		後期高齢者医療制度対象 者 生活保護世帯でS57.3.31 以前生【今年度満30歳以 上になる人】	
胃がん 検診	胃バリウム 検査	S57.3.31以前生	1000円
大腸がん 検診	便潜血 反応	S57.3.31以前生	1000円
肺がん 検診	胸部レント ゲン検査	S57.3.31以前生	500円
	喀痰検査	上記で必要者	1000円
骨検診	骨密度 検査	満30～65歳 （5年に1回）	500円
エキソ コックス 症検診	血液検査	過去5年以上未受診の人 （5年に1回）	無料

生活習慣病予防のための健診（内容は表のとおり）を行います。今年も、朝早い時間（朝6時台）を設けましたので、ご利用ください。

特に『働く若い人優先枠』として、ご希望の時間帯で出勤前に気軽に検診を済ませることができるよう工夫しておりますので、ぜひお申し込みください。

■検診日時（場所）7月11日（月）15日（金）受付午前6時～10時15分（俱知安厚生病院）

■結果説明会日時（場所）8月下旬～9月予定（保健福祉会館）

※特定健診を受けずにがん検診などのみを受けた方には、9月上旬頃詳細を郵送でお知らせします。

■検診予約申し込み▽会館窓口

※俱知安町に住民票のある方が対象です。

※胃・肺・大腸がん・骨検診は、町国民健康保険加入者・生活保護世帯は無料です。（後期高齢者医療制度対象者は有料です。）

6月13日（月）午前9時から検診前日まで▽電話 6月14日（火）から検診前日まで。

*定員になり次第終了

詳細は、6月10日頃の新聞チラシ折り込みをご覧ください。（チラシをご覧になりたい方は、6月8日（水）以降保健福祉会館で配布します）

■問い合わせ先
健康推進係 ☎22-1144

外出の機会が減ってしまうと、体を動かしたり、話をしたり、色々な人と交流することがなくなり、生活のメリハリがなくなってしまうかもしれません。介護をする家族も自分の時間が持てなくなってしまうかもしれません。そんな時、日中の活動を増やすために「デイサービス（通所介護）」の利用はいかがでしょうか？

デイサービスでは、自宅までの送迎や食事、入浴、健康

「お出かけしていますか？」

木々の緑がまぶしく映える今日この頃。お天気の良い日には、散歩や買物、庭や畑づくりなど、外で過ごす時間が増える季節でもありますね。パークゴルフなどで活動的に過ごしている人もたくさんいますが、反面、年齢とともに体力が落ちてきたり、足腰が弱ってくる、「外に出るのがおっくうで…」という人も少なくありません。また、車いすや寝たきり状態になって、自分で出かけることが出来なくなってしまうこともあります。

定期的な外出をすることで、閉じこもりを予防し、心と体を活動させるよい刺激となります。自分を持っていける人も、自分の時間を持つことができます。話して、笑って、時には歌い、楽しい時間を過ごすことが、皆さんの元気の源になっているようです。

介護保険サービスでの利用だけでなく、要支援・要介護認定を受けていない場合でも、通所型介護予防事業でのデイサービスもありますので、お気軽にお問い合わせください。



いつまでも
みんな
生き生き

地域包括支援センター
（保健福祉会館内） ☎23-0100