

2019年度 阿武町健診のしおり

個別健診期間:2019 年5月7日(火)～2020 年1月31日(金)

集団健診期間:2019 年5月25日・26日/6月1日・2日/11月23日

- 健診受診票を事前に受け取ることができます(集団健診のみ)
健診時の受付時間、受診票記入時間の短縮になります(役場健康福祉課・各支所)
- 今年度 40 歳になられる方は、特定健診(国保の方)・がん検診が無料!
(※国保スマート人間ドックは、自己負担半額で受診可)
- 今年度 50・60・70 歳になられる国保加入の方は、特定健診が無料!
- 尿検査から 1 日の食塩摂取量がわかります(集団健診・個別健診)
- 健診を受けて阿武町ハッピーマイレージをためよう!(14 ページ)

	検診種類		集団	個別	対象者			ページ
					20～39 歳	40～74 歳	75 歳以上	
全住民	がん検診	肺がん・結核検診	○	○				3～4
		胃がん検診	○	○				
		大腸がん検診	○	○				
		前立腺がん検診	○	○				
		子宮がん検診	5/26 6/1	○				5
		乳がん検診	6/2 11/23	○				
	肝炎ウイルス検診		○	○				3～4
国保加入者	歯科健診		5/26 6/1 6/2	○				13
	特定健診		○	○				6
	スマート人間ドック		—	○				7
	日帰り人間ドック		—	○				8
医療後期高齢者加入者	若者健診		○	○				9
	健康診査		○	○				10
	スマート人間ドック		—	○				11
	日帰り人間ドック		—	○				12
	協会けんぽ被扶養者		○	—				9
	健診を受ける機会のない 35～39 歳		○	○				9

2019 年度健診実施機関一覧

個別健診

各自で医療機関に
予約をしてください



◇ 実施期間: 2019 年 5 月 7 日(火)～2020 年 1 月 31 日(金)

(※後期高齢者医療の健康診査は3月31日まで)

◇ 実施医療機関: 右の表を参照

集団健診

◇ 受付時間: 午前8時～10時

- 希望される健診の受診票を事前にお渡しできます。(役場 健康福祉課・各支所)
- 送迎を希望される方は、健診を受ける日の1週間前までに役場 健康福祉課または各支所にご連絡ください。

日にち	場所	特定健診 若者健診 健康診査	肝炎 検診	肺がん 結核 検診	胃がん 検診	子宮がん 検診	乳がん 健診	大腸 がん 検診	前立腺 がん 検診	歯科 健診
5 月 25 日(土)	奈 古	○	○	○	○	—	—	○ 採便日 23 日～	○	—
5 月 26 日(日)	町 民 センター	○	○	○	○	○ 要予約 5/24 まで	○ 要予約 5/24 まで	○ 採便日 24 日～	○	○
6 月 1 日(土)	宇田郷 ふれあい センター	○	○	○	○	○ 要予約 5/31 まで	○ 要予約 5/31 まで	○ 採便日 30 日～	○	○
6 月 2 日(日)	福 賀 のうそん センター	○	○	○	○	○ 要予約 5/31 まで	○ 要予約 5/31 まで	○ 採便日 31 日～	○	○
11 月 23 日(土)	奈 古 町 民 センター	○	○	○	○	○ 要予約 11/22 まで	○ 要予約 11/22 まで	○ 採便日 21 日～	○	—

脳の健康チェックとは・・・？

脳の健康チェックも
1 年に1回受けましょう

鳥取大学 浦上教授考案の簡易認知評価スケールの物忘れ相談
プログラムで、パソコン等対話方式で5分で行えます！

“もの忘れ相談プログラム”はアルツハイマー型認知症を見つける
のに重要な質問を用いた簡単な検査です！

アルツハイマー型認知症は緩やかに進行するため、早期に発見す
ることで進行を遅らせることが期待できます。

「健康診査(後期高齢者)」「若者健診」「健診を受ける機会のない方」の医療機関は「特定健診」の医療機関に同じ



地域	医療機関	住所	TEL	特定 健診	肝炎 検診	肺がん 結核 検診	胃がん 検診	大腸 がん 検診	前立腺 がん 検診
阿武町	齋藤医院	奈古	2-2838	○	○			○	○
	阿武町国保福賀診療所	福賀	5-0863	○	○			○	○
萩市	市原内科皮膚科	塩屋町	0838-22-0184	○	○			○	○
	兼田医院	吉田町	0838-22-1113	○	○			○	○
	河井クリニック	土原	0838-24-3113	○	○				
	かわかみ整形外科リハビリテーションクリニック	無田ヶ原	0838-21-7538	○					
	河野医院	大井	0838-28-0321	○	○	○		○	○
	鈴木外科医院	船津	0838-25-4510	○	○				○
	全真会病院	玉江浦	0838-22-4106	○	○			○	
	玉木病院	瓦町	0838-22-0030	○	○		○	○	○
	田町診療所	東田町	0838-24-1234	○					
	都志見病院	江向	0838-22-3090	○	○	○	○	○	○
	中嶋クリニック	今古萩町	0838-22-2206	○	○			○	○
	中坪医院	今魚店町	0838-22-5430	○	○			○	○
	萩市民病院	椿	0838-25-1235	○	○	○	○	○	○
	萩慈生病院	玉江	0838-25-6622	○	○			○	○
	萩病院	堀内	0838-25-1498	○					
	萩むらた病院	今古萩町	0838-25-9170	○	○			○	
	波多野医院	堀内	0838-25-2788	○	○			○	○
	花宮医院	平安古	0838-25-8738	○	○			○	○
	藤原医院	土原	0838-22-0781	○	○			○	○
	みやうち内科消化器科クリニック	椿	0838-25-2500	○	○			○	○
	めづき医院	土原	0838-22-2248	○	○			○	○
	柳井医院	橋本町	0838-22-0748	○	○			○	○
	山本内科胃腸科	前小畑	0838-26-0077	○	○		○	○	○
	わたぬきクリニック	東浜崎	0838-25-2020	○	○			○	○
	萩市国保弥富診療センター	弥富	08387-8-2311	○	○			○	○
	萩市国保須佐診療センター	須佐	08387-6-2540	○	○			○	○
	萩市国保田万川診療所	下田万	08387-3-2255	○	○				
	萩市国保むつみ診療所	吉部上	08388-6-0149	○	○			○	
	萩市国保川上診療所	川上	0838-54-2014	○	○			○	○
	萩市国保明木診療所	明木	0838-55-5001	○				○	○
	萩市国保佐々並診療所	佐々並	0838-56-0002	○				○	○
	萩市国保福川診療所	福井下	0838-52-0027	○	○			○	○

がん検診 及び 肝炎ウイルス検診

	がん検診	肝炎ウイルス検診
対 象 者	40 歳以上 ※昭和 55 年 3 月 31 日以前に 生まれた人	40 歳以上で 過去に 1 度も受けていない方 ※昭和 55 年 3 月 31 日以前に生まれた人
料 金	4 ページ参照 今年度 40 歳の方は 無料	1,000 円 今年度 40、45、50、55、60 歳の方は 無料 一度も受けたことがない方はぜひ受けましょう。
検診方法	集団健診 （各地区で受診） 個別健診 （医療機関で受診）『健診実施医療機関一覧』（2 ページ）参照	
持 参 物	がん検診受診券（オレンジ色）、 保険証	
結果通知	後日、役場 健康福祉課よりお知らせします	
注 意	妊娠の可能性がある方は胃がん検診・肺がん検診、 H^{p} -スメカ装着の方は胃がん検診を受診することができません。かかりつけ医や医療機関でご相談ください。	

肝炎ウイルス検診とは？

『肝臓の声に 耳を傾けてみませんか？』

- ◆肝臓は「沈黙の臓器」といわれるように、自覚症状がなかなか出ず、「体がだるい」と感じるころには、かなり症状が進んでしまっていることもあります。B 型、C 型肝炎ウイルスは、放置すると慢性肝炎や肝硬変、肝炎に進行することもあります。
- ◆早期に発見すれば根治も可能！
- ◆主に血液を介しての感染です。検診後に輸血、大きな手術をしたなど感染の可能性のある方は、医療機関で検査を受けましょう。

『がん』は“**検診で早期発見**”と“**生活習慣のチェックで予防**”しましょう！

日本人の 2 人に 1 人が“がん”にかかり、3 人に 1 人が“がん”で死亡しています。早期発見、早期治療が“がん”での死亡を減らすことにつながります。また、がんは生活習慣病のひとつに数えられています。生活習慣の改善により予防することができます。かかりつけの病院で定期的な検査をしている場合でも、がん検診を受けていない場合は、年一回は検診を受けましょう。

- ☐喫煙（受動喫煙）：喫煙しない
- ☐多量の飲酒：アルコールの過剰摂取を避ける
- ☐肥満：食べ過ぎ、暴飲暴食をしない、BMI25 以下を心がける
- ☐運動不足：週 2 回以上、1 日 30 分程度の運動をしよう
- ☐野菜・果物不足：食の偏りを避け、バランスよく食べる
- ☐塩分の摂りすぎ：1 日の塩分摂取量 男性 8 g、女性 7 g を心がける



検診名		対象者	自己負担額		注意事項
			個別 (検査費用)	集団 (検査費用)	
肺がん・結核検診	胸部レントゲン検査	40歳～64歳	400 円 (4,000 円)	200 円 (1,566 円)	●タバコを吸わずにお越しください ※65歳以上の方は、感染症法に基づき、1年に1回の「結核検診」が義務づけられています
		65歳以上	無料	無料	
	喀痰検査 痰を3日間とります	40歳以上	700 円 (3,600 円)	700 円 (3,132 円)	●喫煙指数(=1日の喫煙本数×年数)が600を超える方は検査をお勧めします ●希望者は、健診会場で「検査容器」をお受け取りください
胃がん検診 バリウムを飲みレントゲン撮影をします		40歳以上	1,500 円 (12,300 円)	800 円 (4,860 円)	●水、タバコも含め、前日の夜9時以降は、飲食をせずにお越しください ●毎朝、必ず飲まなくてはならない薬(血圧の薬等)がある方は、主治医にご相談の上、少量の水で飲んでお越しください ●腸閉塞等の病気をされた方は、集団健診は受けられません。個別健診を受けられる場合は、医師にご相談ください
大腸がん検診 便潜血検査：便を2日分とります		40歳以上	300 円 (1,300 円)	300 円 (1,458 円)	●個別健診：医療機関で検査容器をお受け取りください ●集団健診：事前に役場 健康福祉課または各支所で検査容器をお受け取りください
前立腺がん検診 血液検査		40歳から74歳の男性	400 円 (3,400 円)	400 円 (2,214 円)	●前立腺がんの可能性のある人を見つけるための検査です
子宮がん検診 内診・細胞診		20歳以上の女性	1,000 円 (6,274 円)	1,000 円 (4,860 円)	●不正出血、褐色帯下、月経不順のある方は個別検診をお勧めします
乳がん検診 マンモグラフィ 視触診(必要時)		40歳以上の女性	1,000 円 (6,980 円)	1,000 円 (5,022 円)	●ペースメーカー装着の方、豊胸手術を受けられた方は医療機関にご相談ください
肝炎ウイルス検診 血液検査		40歳以上 ※過去に肝炎ウイルス検診を受けたことがない方	1,000 円 (2,100 円)	1,000 円 (3,456 円)	●現在、体の中にB型やC型肝炎ウイルスが「いるか」「いないか」を検査します

がん検診
肝炎ウイルス検診

※ 実際にかかる検査費用の約2割程度の金額で受けられます。
 ※ 生活保護世帯の方は無料です。当日、受付で申し出てください。



子宮がん検診・乳がん検診

0ポイント

	子宮がん検診	乳がん検診
対 象 者	20 歳以上 平成 12 年 3 月 31 日以前生まれ	40 歳以上 昭和 55 年 3 月 31 日以前生まれ 集団健診では、下記に該当する方は、 受診することができません。 ・妊娠の可能性がある方 ・ペースメーカー装着の方 ・豊胸手術をされた方 ・授乳中の方・断乳後 1 年以内の方
	※ 子宮がん・乳がん検診は、2 年に 1 度の受診のため、昨年受診された方は対象外になります。医療機関で「毎年検診が必要」と言われた方は各自で医療機関で受診してください。	
検査内容	・診 察：医師による内診 ・細胞診：子宮の入り口を軽くこすって細胞をとり異常な細胞を確認	・マンモグラフィ検査 ・視触診（個別検診のみ） 集団健診では女性検査技師が乳房のレントゲン撮影を実施
検診方法	① 集団検診 【予約期限】 5 月 26 日（日） 奈 古 町民センター 5 月 24 日（金） 6 月 1 日（土） 宇田郷 ふれあいセンター 5 月 31 日（金） 6 月 2 日（日） 福 賀 のうそんセンター 5 月 31 日（金） 11 月 23 日（土） 奈 古 町民センター 11 月 22 日（金）	
予約が必要です	② 個別検診（医療機関での検診）：直接、医療機関に予約	
料 金	各 1,000 円（医療機関窓口で支払い） ※ 今年度 40 歳になられる方・生活保護世帯は無料です ※ 子宮がん検診では、医師が必要と認めた場合、子宮体部検診を受けることができますが、別途料金が必要です。	
持 参 物	がん検診受診券（オレンジ色）、保険証	
受診上の注意	生理前、生理中、生理直後は受診を避けましょう	
結果通知	後日、役場 健康福祉課よりお知らせします	

医療機関	検診名	予約受付時間 ※予約が必要	住所・電話番号
都志見病院	子宮がん検診 乳がん検診	〔月～金〕10:30～15:00	萩市江向 413 番地 1 TEL:0838-22-3090
萩市民病院	乳がん検診	〔月～金〕8:30～17:00	萩市椿 3460 番地 3 TEL:0838-25-1235
なかむらレディースクリニック	子宮がん検診	〔月～金〕9:00～12:00 15:00～18:00 〔土〕9:00～13:00	萩市熊谷町 108 番地 TEL:0838-22-1557
長門総合病院	子宮がん検診 乳がん検診	〔月～金〕8:30～17:00 ※2 日前までに予約	長門市東深川 85 番地 TEL:0837-22-2220

今年度（2019年4月1日～2020年3月31日）までに
40歳・50歳・60歳・70歳になる方は、健診料無料！



国保加入者特定健診

対 象 者	国民健康保険に加入している 40～74歳（昭和19年6月1日～55年3月31日生まれ）の人	
検 査 項 目	① 集団健診 身体測定、腹囲測定、尿検査、推定1日食塩摂取量、血圧測定、医師の診察、血液検査（脂質、糖尿病、肝機能、腎機能、尿酸、貧血検査等）、eGFR（腎機能評価）、心電図（希望者）、眼底検査（希望者）	
	② 個別健診 身体測定、腹囲測定、尿検査、推定1日食塩摂取量、血圧測定、医師の診察、心電図、血液検査（脂質、糖尿病、肝機能、腎機能、尿酸、貧血検査等）、eGFR（腎機能評価）、眼底検査（医師が必要と認めた場合）	
健診方法及び料金	① 集団健診（各地区で受診）	1,000円（健診当日持参） 今年度40・50・60・70歳：無料
	② 個別健診（医療機関で受診）	1,000円（医療機関で支払い） 今年度40・50・60・70歳：無料
	※詳細については『健診実施機関一覧』（2ページ）参照	
持 参 物	◇ がん検診受診券（オレンジ色）、健康診査受診券（びわ色）、質問票（白色）、保険証 ※健康診査受診券は、切り離さずにご持参ください	
受診上の注意	● 前日の夜9時以降は、飲食せずにおこしください ● 毎朝、必ず飲まなくてはならない薬（血圧の薬等）がある方は、主治医に相談の上、少量の水で飲んでおこしください ● 女性の方は、ガードルやストッキングを着用せずにおこしください	
結果通知	・ 集団健診受診者：健診結果返却会にて返却します ・ 個別健診受診者：医療機関で直接、健診結果をお聞きください ※特定保健指導に該当する方は、後日、保健師が連絡します。	

子宮がん・乳がん検診

国保（特定健診）

※ **生活保護世帯の方**：特定健診と同じ内容の「基本健診」を無料で受診できます。

※ **国保加入者で、職場等で健診を受けられた方**：健診結果と質問票を役場健康福祉課にご提出ください。特定健診の結果として登録ができます。

【集団健診結果返却会の日程】 健診受診後、1か月以内に返却します

- 奈 古地区…6月下旬・12月中旬
- 宇田郷地区…各自治会で結果返却会を開催（後日、お知らせします）
- 福 賀地区…6月下旬～7月上旬



国民健康保険 スマート人間ドック

対象者	●国民健康保険に加入している 40～74 歳の人 (昭和 19 年 6 月 1 日～55 年 3 月 31 日生まれ) ※国保「特定健診」、「肺がん検診」を受けられていない方			
検査内容及び料金		内容	自己負担	
	基本セット	身体測定、尿検査、血圧測定、心電図、胸部レントゲン検査、血液検査(脂質、糖尿病、肝・膵機能、腎機能、尿酸、貧血等)、推定 1 日食塩摂取量	2,800 円	
	追加できる項目	腹部検査	超音波検査(胆嚢、肝臓、膵臓、腎臓、脾臓)	1,200 円
		便潜血検査	便を2日分とります	300 円
		視聴覚	視力・聴力検査	100 円
		ABC 検診	胃がんリスク検査(血液検査)	900 円
		胃部	胃カメラ	3,000 円
		肝炎検査	B、C 型肝炎ウイルス検査(血液検査)	600 円
		前立腺検査	PSA 検査(血液検査)	400 円
		骨密度検査	手のレントゲンをとります	300 円
		頸部超音波検査	動脈硬化検査(福賀診療所のみ)	800 円
		肺機能	簡易肺機能検査(福賀診療所のみ)	700 円
	●基本セットに項目を追加して受けることができます ●追加項目全て受けると 50,000 円を超える検査が約 2 割の自己負担で受診可 ●今年度(2019 年 4 月 1 日～2020 年 3 月 31 日)、40 歳になる方は半額			
実施期間	2019 年 5 月 7 日(火)～2020 年 1 月 31 日(金)			
医療機関	阿武町内の医療機関(下記参照)			
健診方法	個別健診(医療機関で受診) 直接、医療機関に予約し、医療機関窓口で「人間ドック利用申込書」を記入			
持参物	がん検診受診券(オレンジ色)、健康診査受診券(びわ色)、質問票、保険証、認印			
受診上の注意	前日の夜9時以降は、飲食せずにおこしてください			
結果通知	医療機関より、直接結果をお聞きください ※特定保健指導に該当する方は、後日、保健師が連絡をします			

医療機関	予約受付時間 ※要予約	住所・電話番号
齋藤医院	[月～金] 9:00～16:00 [土] 9:00～11:00	奈古 TEL:2-2838
阿武町国保福賀診療所	[月～金] 8:30～17:00	福賀 TEL:5-0863



国民健康保険 日帰り人間ドック



10ポイント

対 象 者	●国民健康保険に加入している 40～74 歳の人 (昭和 19 年 6 月 1 日～55 年 3 月 31 日生まれ) ※国保「特定健診」、がん検診、肝炎ウイルス検診を受けていない方		
実施期間	2019 年 5 月 7 日 (火) ～2020 年 1 月 31 日 (金)		
健診方法	個別健診 (医療機関で受ける健診) ○下記の委託医療機関で受診する場合 直接、医療機関に予約し、医療機関で「日帰り人間ドック利用申込書」を記入		
検査項目	身体測定、尿検査、血圧測定、血液検査(脂質、糖尿病、肝・脾機能、腎機能、尿酸、貧血、B 型・C 型肝炎ウイルス、炎症反応、リウマチ反応等)、心電図、眼底検査、胸部レントゲン検査、胃透視または胃カメラ(選択可)、便潜血検査、腹部超音波検査、視力・聴力検査、肺機能検査、脳検査(MRI 等)、推定 1 日食塩摂取量、その他がん検査		
料 金 (医療機関窓口で支払い)	萩 市 内 の 医 療 機 関	自己負担 8,800 円 (検査費用: 43,600 円) 脳 検 査 3,800 円 (検査費用: 19,000 円)	
	長 門 総 合 病 院	自己負担 8,600 円 (検査費用: 40,000 円程度) 脳 検 査 4,300 円 (検査費用: 20,000 円程度)	
	山 口 赤 十 字 病 院		
	山 口 総 合 健 診 セ ン タ ー		
	山 口 県 済 生 会 山 口 総 合 病 院		
	佐 々 木 外 科 病 院		
	本 城 ク リ ニ ッ ク		
持 参 物	がん検診受診券 (オレンジ色)、健康診査受診券(びわ色)、質問票、保険証、認印		
受診上の注意	前日の夜 9 時以降は、飲食せずにおこしてください		
結果通知	医療機関より、直接結果をお聞きください ※特定保健指導に該当する方は、後日、保健師が連絡をします		
実施医療機関	住所・電話番号	実施医療機関	住所・電話番号
都志見病院	萩市江向 413 番地 1 0838-22-3090	山口赤十字病院	山口市八幡馬場 53-1 083-923-0111
萩市民病院	萩市椿 3460 番地 3 0838-25-1235	山口総合健診センター	山口市小郡下郷 1733-1 083-927-4325
玉木病院	萩市瓦町 1 番地 0838-22-0030	山口県済生会 山口総合病院	山口市山口市緑町 2-11 083-901-6186
花宮医院	萩市平安古町 305 番地3 0838-25-8738 ※脳ドックなし	佐々木外科病院	山口市泉都町 9-13 083-923-8813
長門総合病院	長門市東深川85番地 0837-22-2220	本城クリニック	周南市五月町 8-1 0834-33-3355

国保 (人間ドック)

上記の医療機関以外で人間ドックを受診した場合、条件を満たした場合は費用の助成を行います
阿武町国民健康保険日帰り人間ドック償還払金の取扱いとなります。(脳検査は除く)

- 検査費用: 43,600 円以上の場合、34,800 円の費用助成
- 検査費用: 43,600 円未満の場合、自己負担額 8,800 円からの差額分の助成

対象者 ①日帰り人間ドックの受診日現在において被保険者であること
②満 40 歳以上であること
③償還払金の申請時において阿武町国民健康保険税を完納している世帯の者

手続き 必要書類を添えて役場 健康福祉課で手続きをしてください
①阿武町国民健康保険日帰り人間ドック償還支払金申請書 (申請時記入)
②検査費用の領収書および検査結果

健診を受ける機会のない方、若者健診が利用できます



国保加入の20～39歳
国保外の35～39歳

若者健診



対象者	●<u>国民健康保険加入の20～39歳</u>で職場健診を受ける機会のない方 (昭和55年4月1日～平成12年3月31日生まれ) ●<u>国保以外の保険加入の35～39歳</u>で健診を受ける機会のない方 (昭和55年4月1日～昭和60年3月31日生まれ)
検査項目	① 集団健診 (各地区で受診): 1,000円 (健診当日持参) 身体測定、腹囲測定、尿検査、推定1日食塩摂取量、血圧測定、 医師の診察、血液検査 (脂質、糖尿病、肝機能、腎機能、尿酸、貧血検査)、 eGFR (腎機能評価)、心電図 (希望者)、眼底検査 (希望者)
料 金	② 個別健診 (医療機関で受診): 1,000円 (医療機関で支払い) 身体測定、腹囲測定、尿検査、推定1日食塩摂取量、血圧測定、 医師の診察、血液検査 (脂質、糖尿病、肝機能、腎機能、尿酸、貧血検査)、 eGFR (腎機能評価)、心電図、眼底検査 (医師が必要と認めた場合) ※詳細については『健診実施機関一覧』(2ページ) 参照 個別健診の実施医療機関は「特定健診」に同じ
持参物	がん検診受診券(オレンジ色)、質問票(白色)及び保険証 ※ 国保外の35～39歳の方は「健康診査受診券(びわ色)」を発行しますので、役場 健康福祉課までご連絡ください。
受診上の注意	● 前日の夜9時以降は、飲食せずにおこしください ● 女性の方は、ガードルやストッキングを着用せずにおこしください
結果通知	・ 集団健診: 健診結果返却会にて返却します (日程は6ページ参照) ・ 個別健診: 再度、医療機関を受診し、直接結果を聞くことができます



協会けんぽ被扶養者の方へ

対 象 者	40～74歳の被扶養者の方 ※35～39歳の被扶養者で健診を受ける機会がない方は、上記の若者健診を受けることができます
検査項目	協会けんぽが実施する検査項目 ※血液検査項目は、国保特定健診の内容と一部異なります
料 金	集団健診会場 (各地区) において無料で受けることができます
持 参 物	保険証、特定健診受診券 (水色: 協会けんぽから4月中旬に送付) がん検診を受診する場合はがん検診受診券 (オレンジ色: 阿武町から送付)
受診上の注意	● 前日の夜9時以降は、飲食せずにおこしください ● 女性の方は、ガードルやストッキングを着用せずにおこしください
結果通知	協会けんぽから結果が届きます
問合せ先	全国健康保険協会 (協会けんぽ) 山口支部 保健グループ TEL 083-974-1501

集団健診会場で受診できます！



後期高齢者医療 健康診査

対 象 者	後期高齢者医療保険に加入している 75 歳以上の方 65 歳以上で一定の障がいの状態にあると認定を受けた方 注意：2019 年度中に 75 歳になる方 （昭和 19 年 4 月 1 日～20 年 3 月 31 日生まれ） <u>誕生日以降は「健康診査（後期高齢者医療）」の対象になります。</u> 誕生日の翌月に、受診券が送付されます。
検査項目	身体測定、尿検査、推定 1 日食塩摂取量（集団健診のみ）、血圧測定、 医師の診察、血液検査（脂質、糖尿病、肝機能、腎機能、貧血検査）、 心電図（集団健診のみ）、眼底検査（集団健診のみ）
健診方法及び料 金	① 集団健診 （各地区で受診） 500 円（健診当日持参） ② 個別健診 （医療機関で受診） 500 円（医療機関で支払い） かかりつけ医がある場合は、医師に相談してください ※ 詳細については『健診実施機関一覧』（2ページ）参照
持参物	◇健康診査受診券（水色）・がん検診受診券（オレンジ色） ◇健康診査質問票（白色） ◇保険証（後期高齢者医療） ◇500 円（自己負担額）
受診上の注 意	●前日の夜 9 時以降は、飲食せずにおこしてください ●毎朝、必ず飲まなくてはならない薬（血圧の薬等）がある方は、 主治医に相談の上、少量の水で飲んでおこしてください ●女性の方は、ガードルやストッキングを着用せずにおこしてください
結果通知	・集団健診受診者：健診結果返却会にて返却します ・個別健診受診者：直接医療機関より健診結果をお聞きください

若者健診（国保・国保外）
協会けんぽ被扶養者

後期高齢者医療
（健康診査）

【集団健診結果返却会の日程】 健診受診後、1 か月以内に返却します

- 奈 古地区… 6 月下旬・12 月中旬
- 宇田郷地区…各自治会で結果返却会を開催 （後日、お知らせします）
- 福 賀地区… 6 月下旬～7 月上旬

後期高齢者医療 スマート人間ドック



対象者	●後期高齢者医療保険に加入している 75歳以上の方 65歳以上で一定の障がいの状態にあると認定を受けた方 ※後期高齢者医療「健康診査」、「肺がん検診」を受けられていない方				
検査内容及び料金 (医療機関窓口で支払い)		内容		自己負担	
	基本セット	身体測定、尿検査、血圧測定、心電図、胸部レントゲン検査 血液検査(脂質、糖尿病、肝・膵機能、腎機能、尿酸、貧血等)、 推定1日食塩摂取量		1,400円	
	追加できる項目	腹部検査	超音波検査(胆嚢、肝臓、膵臓、腎臓、脾臓)		600円
		便潜血検査	便を2日分とります		100円
		視聴覚	視力・聴力検査		100円
		ABC検診	胃がんリスク検査(血液検査)		500円
		胃部	胃カメラ		1,250円
		肝炎検査	血液検査(B、C型肝炎ウイルス検査)		300円
		前立腺検査	血液検査(PSA検査)		300円
		骨密度検査	手のレントゲンをとります		200円
		頸部超音波検査	動脈硬化検査(福賀診療所のみ)		400円
	肺機能	簡易肺機能検査(福賀診療所のみ)		400円	
	●基本セットに項目を追加して受けることができます ●追加項目全て受けると50,000円を超える検査が約1割で受診できます				
実施期間	2019年5月7日(火)～2020年1月31日(金)				
医療機関	阿武町内の医療機関(下記参照)				
健診方法	個別健診(医療機関で受診) 直接、医療機関に予約し医療機関窓口で「人間ドック利用申込書」を記入				
持参物	健康診査受診券(水色)、がん検診受診券(オレンジ色) 質問票(白色)、保険証、認印				
受診上の注意	前日の夜9時以降は、飲食せずにおこしてください				
結果通知	医療機関より、直接結果をお聞きください				

医療機関	予約受付時間 ※予約が必要	住所・電話番号
齋藤医院	〔月～金〕 9:00～16:00 〔土〕 9:00～11:00	奈古 TEL:2-2838
阿武町国保福賀診療所	〔月～金〕 8:30～17:00	福賀 TEL:5-0863

後期高齢者医療

☀️ 日帰り人間ドック



10ポイント

対 象 者	後期高齢者医療保険に加入している 75 歳以上の方 65 歳以上で一定の障がいの状態にあると認定を受けた方 ※後期高齢者医療「健康診査」、がん検診を受けられていない方		
実施期間	2019 年 5 月 7 日（火）～ 2020 年 1 月 31 日（金）		
健診方法	個別健診（医療機関で受ける健診） ○下記の実施医療機関で受診する場合 直接、医療機関に予約し、医療機関で「日帰り人間ドック利用申込書」を記入		
検査項目	身体測定、尿検査、血圧測定、血液検査(脂質、糖尿病、肝・膵機能、腎機能、尿酸、貧血、B 型・C 型肝炎ウイルス、炎症反応、リウマチ反応等)、心電図、眼底検査、胸部レントゲン検査、胃透視または胃カメラ(選択可)、便潜血検査、腹部超音波検査、視力・聴力検査、肺機能検査、脳検査(MRI 等)		
料 金 (医療機関窓口 で支払い)	萩市内の医療機関	自己負担 8,600 円 (検査費用: 43,000 円) 脳 検 査 3,800 円 (検査費用: 19,000 円)	
	長 門 総 合 病 院	自己負担 8,600 円 (検査費用: 40,000 円程度) 脳 検 査 4,300 円 (検査費用: 20,000 円程度)	
	山 口 赤 十 字 病 院		
	山口総合健診センター		
	佐々木外科病院		
持 参 物	健康診査受診券（水色）、がん検診受診券(オレンジ色)、 質問票（白色）、保険証、認印		
受診上の注意	前日の夜9時以降は、飲食せずにおこしてください		
結果通知	医療機関より、直接結果をお聞きください		

医療機関	予約受付時間 ※要予約	住 所	電話番号
都 志 見 病 院	〔月～金〕 10:30～15:00	萩市江向 413 番地 1	0838-22-3090
萩 市 民 病 院	〔月～金〕 8:30～17:00	萩市椿 3460 番地 3	0838-25-1235
玉 木 病 院	〔月・火・水・金〕 8:30～17:00 〔木・土〕 8:30～12:00	萩市瓦町 1 番地	0838-22-0030
花 宮 医 院	〔月～土〕 8:30～12:30 ※脳検査は実施していません	萩市平安古町 305 番地 3	0838-25-8738
長門総合病院	〔月～金〕 8:30～17:00	長門市東深川 85 番地	0837-22-2220
山口赤十字病院	〔月～金〕 14:00～16:40	山口市八幡馬場 53-1	083-923-0111
山口総合健診センター	〔月～金〕 8:00～16:30 〔土〕 8:00～12:30 〔日〕 8:00～11:00	山口市小郡下郷 1733-1	083-927-4325
佐々木外科病院	〔月～金〕 9:00～16:30 〔土〕 9:00～12:00	山口市泉都町 9-13	083-923-8813

後期高齢者医療
（人間ドック）



歯科健康診査



対 象 者	20 歳以上の方 （平成1 2年 3 月 31 日以前生まれ）		
実施項目	歯科健診、ブラッシングアドバイス等		
健診方法 及び料金	集団健診 ※お住まいの地区以外でも受診できます 5月26日（日） 奈 古 町民センター 6月 1日（土） 宇田郷 ふれあいセンター 6月 2日（日） 福 賀 のうそんセンター		無 料
受診結果	健診時、歯科医師より直接説明があります		
◆ お口の中をきれいにしてお越しください			



～みんなで受けよう 歯科健診～

「忙しくてなかなか歯医者に行けない・・・」

「体の健康は気になるけど、歯の健康は・・・」 そんなあなたにいいチャンスです！

集団健診の会場で、歯科医師によるお口の健康チェック・お口の相談ができます。自分のお口の状況を知るためにも、この機会に体の健康と合わせて、お口の健康チェックをしてみませんか？

☆自分の歯に関心を持とう！

歯科健診に行くことで、自分の口の中の状態がわかります。

☆検診で歯周病の早期発見・早期治療を！

40 歳以上の歯を失う原因の 1 位は「歯周病」です。早めの「歯周病予防」が大切になります。

☆歯は全身の健康の原点

歯が病気になったり失われたりすると消化吸収が悪くなり、胃腸障害をはじめ、さまざまな病気を引き起こします。

2019 年度阿武町 ハッピー

去年は 530 人が参加！
貯まる！使える！笑顔になる！

やってみよう！

がんばった自分に
ごほうび



平成 32 年 1 月 31 日(金)までに **100 ポイント以上**
貯めた方には**抽選で阿武町特産品**が当たる！

5 月 7 日(火)スタート

★阿武の鶴 三好（みよし）★
Green・Black 純米吟醸



★小野水産
フグ刺しセット★



★無角和牛ステーキ肉★

※賞品はイメージです

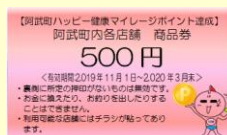
登 録！

裏面申込書を提出して**チャレンジ**ノートを受取る

受 診！
参 加！
実 践！

- **健診**をうける(必須) : 1 健診 10 ポイント
- 健康づくり教室等**参加** : 1 回 5 ポイント
- **目標**設定 : 1 ポイント
- **実 践** : 1 日 1 ポイント ※詳細は裏面

景 品
交 換！



35 ポイント：県内協力店で使える**特典カード** ※ 1

(※ 1：平成 32 年 3 月 31 日までにためたポイントが対象です)

100 ポイント以上：町内店舗で使える**阿武町商品券** ※ 2

(※ 2：平成 32 年 1 月 31 日までにためたポイントが対象です)



スマートフォンをお持ちの方は
『やまぐち健幸アプリ』に参加できます！



阿武町ハッピーマイレージ参加申込書

ふりがな 氏名：	(男・女)	生年月日：	年	月	日 (歳)
【住所(行政区)】 阿武町 萩市			(行政区：)		
			職場：		
			電話番号：		
◆今回参加する1番の理由は何ですか？(当てはまる場所に1つ☑)					
☐ 新しく健康づくりを始めるのにちょうどよかったから ☐ 健康づくりを継続するため ☐ やせるため ☐ 運動不足解消 ☐ 誘われたから ☐ 景品がもらえるから ☐ 昨年も参加したから					

【受付者記入欄】申込日：

年

月

日

☐チャレンジノート配布

【提出先】役場健康福祉課・教育委員会・各支所

みんなで参加して、よい効果を実感しよう！

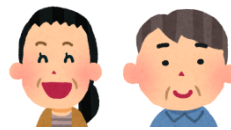
よく眠れるようになったよ！



前より運動するようになって運動が定着したよ！



運動することが楽しくなった♪



親子でコミュニケーションをとる良い機会になりました



【取り組み内容の詳細】

①健診を受ける♪(必須:1健診10ポイント)

- 健康診査(特定健診・職場健診・歯科健診など)
- がん検診(各がん検診につきポイントが獲得できます)
- 人間ドック



②目標を立てる♪(1ポイント)

- 【目標例】
- 食事：1日3食食べる・腹八分目の食事をする・減塩に取り組む
 - 運動：ラジオ体操をする・1日決めた歩数を歩く・ストレッチをする
 - その他：体重を毎日計る・1日2回以上歯みがき・休肝日を設ける など



③健康づくり活動や運動の実践♪(1日1ポイント)

④健康づくり教室やイベント、地域行事参加♪(1回5ポイント)



【お問い合わせ先】役場健康福祉課 2-3113・教育委員会 2-0501

★★健診PR隊：ABUレンジャー・健診おじさん★★

みんなで参加して
ハッピーになろう！

