

令和6年度 健（検）診一覧

あなたのからだのための健康習慣！1年に1回は健（検）診を受けましょう。

対象年齢を確認し、希望の健（検）診を選んでください。対象年齢外の方も受診はできますが、自己負担額が異なりますのでご注意ください。詳しくは、中段の対象年齢外の方の自己負担額をご参照ください。

健康診査					がん検診												
対象条件	国民健康保険加入者 後期高齢者医療保険加入者 生活保護受給者 ※健診当日に加入している方が対象です。				対象条件	全町民対象 ※前年度、町のがん検診において、精密検査が必要と判断され理由なく受診されていない方は対象外です。 また、現在病院で継続的に診てもらっている方は対象外となります。											
種類 対象 年齢	特定健康診査	わかばみつば健康診査	すこやか高齢者健康診査	一般健康診査	種類 対象 年齢	胃がん検診 どちらか1つ		大腸がん検診	男性のみ 前立腺がん検診	女性のみ 子宮頸がん検診 どちらか1つ		乳がん検診	結核検診	肺がん検診 いずれか1つ			
	新富町国民健康保険加入者	新富町国民健康保険加入者	後期高齢者医療保険加入者	40歳以上の生活保護受給者		バリウム	リスク		細胞診のみ	細胞診+HPV	レントゲン		レントゲン	CT			
20～39歳	—	○	—	—	20～39歳	—	—	—	—	○	25歳から○*	—	—	—	—		
40～49歳	○	○	—	○	40～49歳	○	○	○	—	○	○	○	—	○	—		
50～64歳	○	○	—	○	50～64歳	○	○	○	○	○	○	○	—	○	○		
65～74歳	○	—	—	○	65～74歳	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		
75歳以上	—	—	○	○	75歳以上	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		
受診場所	保健相談センター・新田コミュニティセンター・上新田公民館				受診場所	集団検診：町内指定会場			集団検診：町内指定会場 個別検診：協力医療機関			集団検診：町内指定会場					
実施時期	6月～10月				実施時期	6月～10月 ※新富町国民健康保険・後期高齢者医療保険以外の方は11月予定			6月～10月 集団：翌年2月～3月 個別：6月～翌年3月			10月 10月 翌年1月～2月					
自己負担額	<p>約10,000円 無料</p>				対象年齢の方 自己負担額	1,000円	500円	500円	500円	集団：1,000円 個別：2,000円	集団：2,000円 個別：3,000円	集団：3,000円 個別：3,000円	無料	500円	3,000円		
					※対象年齢外の方	6,600円	4,400円	1,320円	1,870円	6,600円		8,800円	—	2,090円	8,800円		
					節目年齢の方 対象年齢 (年度末年齢)	41歳・51歳・61歳			51歳・61歳	31歳・41歳・51歳・61歳	41歳・51歳・61歳	—	41歳・51歳・61歳	51歳・61歳			
					65歳以上	無料											
検査内容					40～64歳の方 で特定健診を 5年連続で受診 された方	<p>新富町ではがん検診が無料で受けられる事業を行っています。無料のタイミングには必ず受診しましょう！</p>			<p>集団検診のみで使用できる【がん検診無料券（ハガキ）】を持参の方は 無料</p>			<p>※国保の方は5月に発送する【がん検診無料券（ハガキ）】が必要です。受診日に忘れずにお持ちください。※新富町国民健康保険・後期高齢者医療保険以外の保険証の方は役場窓口で無料券の発行手続きが必要です。健診結果等を持参いただく必要がありますので、事前にお問い合わせください。</p>			<p>無料券</p>		
検査内容					検査内容	胃部X線 (バリウム) 検査	血液検査	便潜血 反応検査	血液検査 (PSA測定法)	細胞診検査	マンモグラフィ検査 超音波検査	胸部レントゲン 検査	胸部レントゲン 検査	胸部CT検査			
留意事項	<ul style="list-style-type: none"> ●腹囲測定は20歳から74歳まで ●心電図測定は特定健康診査のみ ●栄養状態の血液検査は75歳以上の方 ●医師の判断により、貧血検査・眼底検査を実施 				留意事項	●嚥下状態や服薬内容等によっては受診できない場合があります。	●過去に1度でも病院や町の検診でピロリ菌の検査を受けた方は受診不可		●HPV検査のみの受診は不可 ※HPV検査は25歳から3歳刻みの方が受診対象者となります。 ※64歳以上の方はHPV検査と細胞診検査ともに異常なしの場合、来年度から受診する必要がなくなります。	●2年に1回の受診を推奨 ●前年度に受診されている場合、自己負担額が変わります。	●65歳以上の方は1年に1回の受診を推奨	●喀痰検査は50歳以上で喫煙歴から推奨した人のみ実施					
お問い合わせ先	申込方法 (①郵送での申し込み ②お電話での申し込み ③QRコードから申し込み) 新富町役場 いきいき健康課 (保健相談センター) ☎0983-33-6059または☎0983-33-6026																



新富町では、令和6年度から令和17年度までの12年間の町民の健康づくりのための計画を策定しました。

下記に示す具体的な健康に関する行動のポイントを参考にしながら、健康増進のために取り組んでみましょう！

年齢を重ねるごとに、健康の課題は変化していきます。

自分のライフステージがどのような特徴なのか、これからどのような健康課題が出てくるのかを把握し、予防に取り組むことが大切です。

ライフステージ別 健康づくりのポイント

8つの分野	ライフステージ別の特徴	妊娠出産期・乳幼児期 0歳～4歳	学童期 5歳～14歳	青年期 15歳～24歳	壮年期 25歳～44歳	中年期 45歳～64歳	前期高齢期 65歳～74歳	後期高齢期 75歳以上
		<ul style="list-style-type: none"> 乳幼児やその家庭に対する切れ目のない支援が必要 	<ul style="list-style-type: none"> 虫歯の急増 学校、家庭での健康づくりが必要 	<ul style="list-style-type: none"> 筋力、持久力が向上 進学や就職で睡眠時間が短くなる 食生活の乱れ、喫煙、飲酒が習慣化 	<ul style="list-style-type: none"> 生活習慣の乱れによる病気や、ストレスによるうつ病発症リスクが高まる 	<ul style="list-style-type: none"> 身体機能が徐々に低下 高齢期の疾病や自分の健康を考えることが必要 	<ul style="list-style-type: none"> 老化が進み健康問題が大きくなる 日々の健康づくりが重要 	<ul style="list-style-type: none"> 介護が必要になるケースが増加 地域と福祉の専門機関の支援が必要
食育食習慣	<ul style="list-style-type: none"> 薄味で食材本来の味を身につける カルシウム・鉄分・葉酸の積極的な摂取 早寝、早起き、朝ごはんの習慣の定着 	<ul style="list-style-type: none"> 食事の準備、片付けを積極的に行う 家族そろって食事をとる 	<ul style="list-style-type: none"> 1日3食、野菜・くだもの積極的な摂取 無理なダイエットをしない 	<ul style="list-style-type: none"> 主食・主菜・副菜を組み合わせたバランスの良い栄養摂取 脂質・塩分の過剰摂取をしない 地産地消をこころがける 	<ul style="list-style-type: none"> 低栄養に気を付ける 良質なたんぱく質を摂取し、適正体重を維持 			
身体活動	<ul style="list-style-type: none"> 親子のスキンシップを通して、楽しく運動する 	<ul style="list-style-type: none"> 運動の大切さの理解 自分に合った体づくりの実践 	<ul style="list-style-type: none"> 運動の機会に積極的に参加し、運動習慣を身につける 	<ul style="list-style-type: none"> アプリ等を活用し体重や歩数の記録をとる 適正体重の維持 普段から歩く習慣を取り入れる 	<ul style="list-style-type: none"> 積極的に外出する 一般介護予防教室への参加 段差解消などの環境整備 			
こころ	<ul style="list-style-type: none"> 日々の声かけて親子の絆を深める 	<ul style="list-style-type: none"> 親子のスキンシップをとる 一人で抱えず、まず相談 何でも相談できる親子関係を築く 	<ul style="list-style-type: none"> ストレス発散の場を見つける 学業・仕事以外に趣味の活動に積極的に参加する 	<ul style="list-style-type: none"> 睡眠による休養をとる 自分に合ったストレス解消法を知って実践する 	<ul style="list-style-type: none"> 趣味や生きがいをもつ 			
たばこ	<ul style="list-style-type: none"> 受動喫煙の危険性を学ぶ 胎児への喫煙の影響を知る 妊婦・子どもの前では禁煙 妊活前・妊娠中・授乳中は禁煙 	<ul style="list-style-type: none"> 受動喫煙防止に取り組む たばこに手を出さないよう見守る 	<ul style="list-style-type: none"> 未成年の間は絶対に喫煙しない 周りに勧めない 	<ul style="list-style-type: none"> 喫煙について正しい選択をする 妊娠中は禁煙 	<ul style="list-style-type: none"> 医療機関・専門機関で禁煙に取り組む 			
アルコール	<ul style="list-style-type: none"> アルコールの胎児の成長への影響を知る 妊活前・妊娠中・妊娠中は禁酒 	<ul style="list-style-type: none"> お酒に手を出さないよう見守る 	<ul style="list-style-type: none"> アルコールの知識を習得する 20歳になったらお酒は適正飲酒量内で楽しむ 妊娠中は禁酒 	<ul style="list-style-type: none"> 休肝日を設ける 	<p>ライフステージごとに健康についての課題も変わってくるので、自分に合った対策をしましょう！</p>			
歯と口	<ul style="list-style-type: none"> つわりがおさまる妊娠中期に、必要な歯科治療は完了する 親の仕上げ磨きの実践 定期的なフッ素塗布 1歳半頃からかかりつけ歯科医での定期検診受診 	<ul style="list-style-type: none"> かかりつけ歯科医を持つ 正しい歯みがき習慣を身につける 	<ul style="list-style-type: none"> フロスや歯間ブラシも活用し自己管理能力を高める 定期的な歯科受診 	<ul style="list-style-type: none"> 歯の喪失を防ぐ 	<ul style="list-style-type: none"> よく噛んで食べるよう努める 口の体操で口腔機能を維持 			
予防と早期発見	<ul style="list-style-type: none"> 定期的な健診で心身の発達状態を確認 計画的な予防接種 健康教育・健康相談を受ける 	<ul style="list-style-type: none"> 年1回は学校での健康診断・歯科検診を受診 	<ul style="list-style-type: none"> 年1回は学校や職場での健康診断受診 	<ul style="list-style-type: none"> 健診結果による健康指導を受け、生活習慣を見直す 定期的ながん検診受診で、早期発見・早期治療に取り組む 	<ul style="list-style-type: none"> 年1回は健診受診 かかりつけ医・薬局をもつ 			
地域	<ul style="list-style-type: none"> 子育て支援センター等の積極的な利用 	<ul style="list-style-type: none"> 子ども会や学校のレクリエーションへの積極的な参加 	<ul style="list-style-type: none"> 積極的な挨拶をこころがける 	<ul style="list-style-type: none"> 地区行事への積極的な参加 	<ul style="list-style-type: none"> 家族・仲間との活動に参加 経験と知識を活かし、地域活動に取り組む 			

おとみちゃん

8020