



情報満載号

保存版

編集・発行 厚木市健康づくり課 〒243-0018 神奈川県厚木市中町1丁目4番1号 TEL.046-225-2201 FAX.046-223-7066

がん集団検診 7月～平成30年2月

保健福祉センターで受診する申込制の検診です（はがきでの締め切りは4月11日）。受診日は6月下旬に送付する受診券に記載されています。日程は電話などで変更できますが、受診日を過ぎると本年度の集団検診は受診できなくなります。

申込締め切り後に受診を希望する方は、7月3日から9月29日に健康づくり課窓口でお申し込みください（電話不可）。乳がん検診と子宮がん検診が1日で受けられるセット検診の実施など、利便性の向上にも努めています。

| 項目 | 受診費用 | 対象（受診当日に厚木市民の方） |
|-------------------|-------------------------------|---|
| 胃がん（X線検査） | 1500円 | 40歳以上の方（昭和53年4月1日以前生まれ） |
| 乳がん（マンモグラフィ+視触診）※ | 1800円（50歳以上） 2300円（40～49歳） | 40歳以上の女性（昭和53年4月1日以前生まれ）で、平成28年度に受診していない方（特定年齢の無料対象者は2年連続受診可） |
| 子宮がん（頸部）※ | 1100円 | 20歳以上の女性（平成10年4月1日以前生まれ） |

※ 特定年齢の方は、受診費用が無料です。

健康診査 5月15日～平成30年2月15日

対象の方には、6月下旬に受診券を送付します（申し込み不要）。実施医療機関に直接お問い合わせの上、受診してください。

特定健康診査・長寿健康診査は、加入している医療保険者が実施します。実施方法などの詳細は、医療保険者にお問い合わせください。生活保護受給者など医療保険に未加入で40歳以上の方は、健康づくり課にお問い合わせください。

| 項目 | 受診費用 | 対象（受診当日に厚木市民の方） |
|--------|-------|-------------------------|
| 特定健康診査 | 1500円 | 40歳以上74歳以下の市国民健康保険の被保険者 |
| 長寿健康診査 | 無料 | 後期高齢者医療保険の被保険者 |

問い合わせ

がん検診など…健康づくり課 ☎225-2201（保健福祉センター2階）
 特定健康診査…国保年金課 ☎225-2120（市役所本庁舎1階）
 長寿健康診査…国保年金課 ☎225-2223（市役所本庁舎2階）

検診を受けて、健康な毎日を。

がん施設検診・歯科健康診査など

5月15日～平成30年2月15日

がん施設検診と歯科健康診査、肝炎ウイルス検診は、実施医療機関で個別に受診していただく検診です。受診券は健康診査の受診券と合わせて1枚のシートになっています。

受診券は6月下旬に送付しますが、その前に受診を希望する方は、5月1日以降に健康づくり課にお申し込みください。事前に受診券を発行します。

| 項目 | 受診費用 | 対象（受診当日に厚木市民の方） |
|--------------|------------------------|---|
| 胃がん | X線検査 | 4100円 |
| | 内視鏡検査 | 4800円 |
| | リスク検診 | 1500円 |
| 肺がん | 500円 | 40歳以上の方（昭和53年4月1日以前生まれ） リスク検診とは、ピロリ菌感染の有無と血清ペプシノゲン値を血液検査で測定し、胃がんにかかるリスク（危険度）を判定する検診です。 |
| 大腸がん※ | 400円 | |
| 前立腺がん | 1000円 | 50歳以上の男性（昭和43年4月1日以前生まれ） |
| 乳がん（視触診） | 900円 | 30歳以上の女性（昭和63年4月1日以前生まれ） |
| 子宮がん（頸部+体部）※ | 2000円（体部検査実施時3800円） | 20歳以上の女性（平成10年4月1日以前生まれ） 体部検査は45歳以上の方で、不正出血などの症状により医師が必要と判断した場合に実施 |
| 口腔がん | 1600円（歯科健診と同時受診は1200円） | 40歳以上の方（昭和53年4月1日以前生まれ） |
| 成人歯科健康診査 | 1000円 | 40歳以上の方（昭和53年4月1日以前生まれ） |
| 肝炎ウイルス検診※ | 900円 | 40歳以上で、過去に市が実施した肝炎ウイルス検診を受診していない方 |

※ 特定年齢の方は、受診費用が無料です。

費用の免除

70歳以上（昭和23年4月1日以前生まれ）の方は、市が実施する検診（健診）を無料で受診できます（骨粗しょう症検診を除く）。また、市民税非課税世帯で費用免除証明書の交付を受けた方や生活保護世帯の方、中国残留邦人などに対する支援給付を受けている方は、検診（健診）・予防接種の費用が免除されます。

費用免除証明書の交付を受けるには、受診の7日前までに健康づくり課、国保年金課（市役所本庁舎1階）、公民館で申請してください。事後申請はできません。

休日・夜間の救急医療

当番病院の詳細は、あつぎ健康相談ダイヤル24

初期救急（入院が必要ない軽症救急患者が対象）

- 内科・小児科＝メジカルセンター（水引1-16-45 ☎297-5199）
 《受付》月～金曜＝19時～21時30分、土曜＝18時～21時30分、日曜・祝日・年末年始＝9時～11時30分、14時～16時30分、18時～21時30分
 《駐車場》11台。満車の時は市立病院第2駐車場（市立病院第2駐車場は有料です。メジカルセンター利用者は5時間まで200円となりますので、駐車券をお持ちください）。
- 歯科＝歯科保健センター（中町1-4-1 保健福祉センター1階 ☎224-6081）
 《受付》日曜・祝日・年末年始。10時～11時30分、13時～16時30分
- 耳鼻咽喉科・眼科＝広域の輪番制
 《受付》日曜・祝日・年末年始。当番病院などの詳細は「あつぎ健康相談ダイヤル24」または市ホームページでご確認ください。

あつぎ健康相談ダイヤル24

さわやか1番 よいこころ ☎0120-31-4156

◎発信者番号は通知設定でおかけください。
 ◆相談内容：健康、医療、介護、育児など ◆医療機関情報の提供
 ※医療機関を受診すべきか迷ったら、まずは電話でご相談を。

二次救急（緊急入院や手術が必要な患者が対象）

● 内科・外科・小児科

| | 内科・外科 | | 内科・外科 小児科 |
|------|---|-----------------------------------|-------------------|
| | 第1当番病院 | 第2当番病院 | |
| 月 | 湘南厚木病院 ☎223-3636 | ・月～木、土曜日は、 東名厚木病院 ☎229-1771 | 市立病院 ☎221-1570 |
| 火 | 愛川北部病院 ☎284-2121 | | |
| 水 | 近藤病院 ☎221-2375 | | |
| 木 | 仁厚会病院 ☎221-3330 | ・金曜日は、 奇数月＝仁厚会病院 ☎221-3330 | |
| 金 | 東名厚木病院 ☎229-1771 | 偶数月＝湘南厚木病院 ☎223-3636 | |
| 土 | 森の里病院 ☎247-2121 | | |
| 休日 | 「あつぎ健康相談ダイヤル24」または市ホームページでご確認ください。 | | |
| 受付時間 | 月～金曜＝17時～翌日9時 土曜＝12時～翌日9時 日曜、祝日、年末年始＝9時～翌日9時 | | |

障がい者歯科診療 歯科保健センター ☎224-6081
 （保健福祉センター1階） ☎221-7673

《診療内容》障がい者歯科診療＝火・木曜、13時30分～17時、摂食・嚥下機能発達支援診療＝月2回（不定期）、9時30分～12時、口腔保健指導＝土曜、13時30分～17時《予約》月～金曜、10時～16時30分（12時～13時を除く）。電話またはファクスで受け付け。

成人保健

☎健康づくり課 ☎225-2201

健康に関する相談など

■特定保健指導

市国民健康保険の加入者で、特定健康診査の結果が「動機付け支援」または「積極的支援」に該当した方に実施しています。食べ過ぎや運動不足、生活リズムの乱れで内臓脂肪がたまり、高血圧や高血糖、脂質異常などが重なると、動脈硬化が促進され血管を詰まらせる恐れがあります。案内通知が届いたら、ぜひご利用ください。

■生活習慣病予防健康相談 予約制



生活習慣病を予防

生活習慣病（糖尿病、脂質異常症、肥満など）に関する個別相談。予防や改善の方法など、一人一人の健康状態に合わせて、保健師、管理栄養士が適切にアドバイスします。

■歯と歯ぐきの健康相談

歯科衛生士によるブラッシング方法などについての相談

■いのちのサポート相談 予約制

臨床心理士による「こころの健康相談」

各種相談に関する日程などの詳細は、今後の「広報あつぎ」に掲載します（特定保健指導は個別に通知）。

申し込み制の検診(健診)

●成人眼科健診

《実施期間》5月15日～平成30年2月15日 《対象》市内在住で本年度40歳（昭和52年4月2日～53年4月1日生まれ）、45歳（昭和47年4月2日～48年4月1日生まれ）、50歳（昭和42年4月2日～43年4月1日生まれ）、55歳（昭和37年4月2日～38年4月1日生まれ）の方 《受診費用》2300円。☎5月1日から健康づくり課 ☎225-2201へ。

●骨粗しょう症検診

《検診内容》骨密度測定 《検診月》8・12月 《対象》市内在住の30歳以上の女性（昭和63年4月1日以前生まれ） 《受診費用》800円。詳細は、今後の広報あつぎに掲載します。

日頃の健康管理に活用



気軽に健康チェック

■未病センターあつぎ

体組成、血管年齢、骨健康度、血圧、脳年齢が短時間で簡単に測定できます。健康に関する相談もできるので、気軽にご利用ください。

《対象》20歳以上の方 《利用時間》平日9時～12時、13時～16時 《場所》保健福祉センター2階 ※保健師などによる個別相談を希望する方は、事前に健康づくり課にお申し込みください。

■健康手帳

健康診査、がん検診などの結果や毎日の血圧を記録できるほか、服用している薬や医療の記録もできます。健康に関するさまざまな情報も掲載していますので、自身の健康づくりにお役立てください。



《配布場所》健康づくり課・国保年金課窓口、公民館、本厚木駅連絡所、健康づくり課主催の健康教室・健康相談などの会場

■保健師だより

健康づくりに関する記事や講座のお知らせなど、役立つ情報が満載。自治会を通じて回覧されるほか、公民館でも配布しています。

■あゆコロちゃん体操

楽しく、健康づくりに役立つ体操です。出前講座による出張指導も実施。イベントや行事などで、多くの方に実践していただいています。

■健康に関する出前講座

市民の皆さんが企画する研修会などに、保健師や管理栄養士がお伺いして健康に関する講義をする「出前講座」を用意しています。希望する団体は、健康づくり課にご相談ください。

《主な出前講座》

生活習慣病予防、ゲートキーパー養成講座、心との上手な付き合い方、あゆコロちゃん体操の指導、健康的な食生活、健康管理の視点からの災害対策など

健康あつぎ推進リーダーを募集



「健康食育あつぎプラン」の推進や健康講座の企画・運営を、市と協働して実施するボランティアです。これまで、お口の健康や食生活、運動に関する講座などに取り組んでいます。

申し込みなどの詳細は、今後の広報あつぎや市ホームページなどに掲載します。

あつぎ食育アドバイザー養成講座

家庭でも生かせる食の知識・技術を身に付け、地域の健康づくりに携わるボランティア「あつぎ食育アドバイザー」になりませんか。

《コース》①2カ月コース（9月～10月の全7回）②3カ月コース（10月～12月の全10回）。託児あり（5人）《対象》市内在住の20歳以上の方各コース24人。

申し込みなどの詳細は、今後の広報あつぎや市ホームページなどに掲載します。



講義や調理実習を実施

高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種

●実施期間 4月1日～平成30年3月31日

●対象者 接種当日、厚木市に住居登録があり、①本年度65・70・75・80・85・90・95・100歳になる②満60～64歳で、心臓や腎臓、呼吸器などの重い病気で日常生活が極度に制限される程度の障害を有する一のいずれかに該当する方 ※過去に23価肺炎球菌ワクチンの接種を受けた方は対象外です。ご注意ください。

※対象者(右表の生年月日の方)は、対象年齢に達する前でも接種することができます。

●持ち物 保険証・生活保護費受給票など現住所を確認できるもの(②に該当する方は、障害者手帳または医師の診断書もお持ちください)

●接種費用 4000円(費用の免除については1面参照)

| 対象年齢 | 対象となる生年月日 |
|------|------------------------|
| 65歳 | 昭和27年4月2日～昭和28年4月1日生まれ |
| 70歳 | 昭和22年4月2日～昭和23年4月1日生まれ |
| 75歳 | 昭和17年4月2日～昭和18年4月1日生まれ |
| 80歳 | 昭和12年4月2日～昭和13年4月1日生まれ |
| 85歳 | 昭和7年4月2日～昭和8年4月1日生まれ |
| 90歳 | 昭和2年4月2日～昭和3年4月1日生まれ |
| 95歳 | 大正11年4月2日～大正12年4月1日生まれ |
| 100歳 | 大正6年4月2日～大正7年4月1日生まれ |