

集団がん検診・集団特定健診

明日香村では、健康確認や疾病の早期発見・早期治療につなげるために、がん検診・特定健診を実施しています。

受診方法は個別検診と集団検診の2種類があり、集団健診は、村が指定する日時に健康福祉センターで受診できます。

疾病の早期発見には、定期的な健診が大事です。

【内容】

がん検診・特定健診・後期高齢者健診・歯周疾患検診（30日は実施なし）・骨粗鬆症検診・肝炎ウイルス検診

【日時】

- ・1日目 5月30日（木）
 - ・2日目 5月31日（金）
 - ・3日目 6月1日（土）
- 各日、①8時30分 ②9時 ③9時30分 ④10時 ⑤10時30分
 ※各時間の定員は25名です。

【検診場所】健康福祉センター

【申込期間】4月5日（金）～4月12日（金） 平日8時30分～17時

【申込方法】

- ・役場健康づくり課窓口で申込
- ・健康づくり課へ電話申込

※集団健診申込書に記入していただき、お申し込みください。

申込書は、ホームページよりダウンロードできます。

※各枠定員に達し次第、受付終了となり、空き枠へのご案内となります。あらかじめご了承ください。

【問い合わせ】健康づくり課 ☎54-5550

【健診の種類】



	①特定健康診査	②後期高齢者健康診査	③若年者健康診査
対象者	①40歳から74歳までの明日香村国保加入者 (昭和24年6月2日～昭和60年3月31日生の方)	②75歳以上の後期高齢者医療広域連合加入者 (昭和24年5月29日生まれ以前の方)	③30歳から39歳の明日香村国保加入者 (昭和60年4月1日～平成7年3月31日生まれの方)
項目	・問診 ・内科診察 ・血圧測定 ・身体計測（身長・体重・腹囲・BMI） ・尿検査（尿糖・尿蛋白） ・心電図（該当者のみ） ・眼底検査（該当者のみ）	・血液検査 肝機能（AST(GOT)、ALT(GPT)、γ-GTP） 脂質（中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール） 血糖値（空腹時または随時血糖、HbA1c） 腎機能（クレアチニン、eGFR、尿酸） 貧血検査（該当者のみ）	
料金	①1,000円 ②500円 ③無料	①無料対象者 ・昭和33年4月1日～昭和34年3月31日 ・昭和43年4月1日～昭和44年3月31日 ・昭和53年4月1日～昭和54年3月31日	・昭和38年4月1日～昭和39年3月31日 ・昭和48年4月1日～昭和49年3月31日 ・昭和58年4月2日～昭和59年3月31日

	歯周疾患検診	肝炎ウイルス検診	骨粗しょう症検診
対象者	40歳以上の方	40歳以上で過去に一度も受けたことがない方	40歳以上の方
項目	・問診 ・歯科検診 ・歯科衛生士による相談	・問診 ・血液検査 (B型肝炎ウイルス検査、C型肝炎ウイルス検査)	・問診 ・骨密度検査 (かかとの骨の超音波検査)

	胃がん検診	肺がん検診	大腸がん検診	乳がん検診	子宮がん検診	前立腺がん検診
対象者	40歳以上の方			40歳以上の女性 (2年に1回)	20歳以上の女性 (2年に1回)	40歳以上の男性
項目	・問診 ・胃透視 (バリウム)	・問診 ・レントゲン撮影 ・喀痰検査(必要時)	・問診 ・便潜血検査	・問診 ・マンモグラフィ 検査	・問診 ・視診、内診 ・頸部細胞診	・問診 ・血液検査
自己負担	500円	500円 喀痰検査は+ 500円	無料	1,000円	1,000円	400円
	無料対象者 ・70歳以上の方 (昭和30年4月1日以前に生まれ た方)			無料対象者 ・70歳以上の方 (昭和30年4月1日以前に生まれ た方) ・無料クーポン対象者		無料対象者 ・70歳以上の方 (昭和30年4月 1日以前に生まれ た方)
備考	・がんの既往がある方(手術後の方)など、集団検診では受診できない場合があります。個々にご案内しますので、お問い合わせください。 ・昨年度、胃がん検診で胃内視鏡検査を受けられた方は、今年度は胃がん検診を受けられません。 ・村民税非課税世帯及び生活保護世帯の方は、事前に健康づくり課で手続きしていただければ、無料になります。 (令和6年度内に70歳以上になる方は、手続き不要です。)					

明日香村健康ポイント

ポイントカードを作って、健康も特典も両方手に入れよう！

健診やがん検診、健康づくり事業への参加で、健康ポイントがたまり、特典がもらえます。今年度もふるって参加しましょう！

5月1日より0ポイントからスタートします。

【ポイント特典】

100ポイントごとに300ポイントまで粗品をプレゼントします。

【注意点】

- ・昨年度カードを発行した方は自動更新となります。新規カード発行の手続きは要りません。
- ・すでにお手元にお持ちの方は、今年度最初の事業参加の際にポイントを0に戻す処理を行いますので健康づくり課窓口までお持ちください。健康づくり課でお預かりしているカードは、ポイントを0に戻してお返しします。

【問い合わせ】

健康づくり課 ☎54-5550



【ポイントがもらえる事業一覧】

カテゴリー	事業	ポイント
健診・検診	特定健診、後期高齢健診	30
	特定健診データ提供	30
	健診結果説明会	20
	各がん検診(胃、肺、大腸、乳、子宮、前立腺：集団のみ)	各10
	歯周疾患検診	10
	肝炎ウイルス検診、骨粗鬆症検査	各10
	健康教室(一般、疾病別)	1回につき20
健康教室	たちばな元気体操	1回につき5
	にこにこクッキング	1回につき5
	脳元気	1回につき5
	認知症予防教室	1回につき5
相談	健康相談(一般)	1回につき10
	健康相談(特定保健指導)	1回につき20
	一体的事業(栄養・口腔機能・生活習慣病改善プログラム)	プログラム終了後30
	健康ステーション拠点活動(1回/月)	1回につき20
健ステ	献血(役場で実施するもの)	1回につき20
	個人で設定する健康目標の達成*1(3ヶ月継続)	評価後30
	がん予防推進員活動(R6年度活動予定)	1回につき20
その他	個人で設定する健康目標の達成(3ヶ月継続)	30
	がん予防推進員活動(R6年度活動予定)	20/回

*1 健康目標の設定には健康に関する目標を保健師・管理栄養士等の専門職と一緒に設定をし、達成評価をすることとする。

にっこにっこクッキング

管理栄養士の作成したレシピをもとに調理実習をしたり、講話を通じて食について学んだりしながら、ご自身の健康づくりや気楽なおしゃべりを目的とした自主活動グループです。

今年度、新たに参加していただける新メンバーを募集します。

【対象者】

65歳以上で明日香村在住の方

【オリエンテーション日時】

4月19日(金) 10時～11時

(5月以降月1回／おおむね第3

金曜日に開催予定。)

※都合により変更になる場合もあります。

【申込期限】

4月12日(金)まで

【募集人数】

15人程度

【参加費】

月600円

【場所】

健康福祉センター 会議室3

【申し込み・問い合わせ】

健康づくり課

☎54-55550

たちばな元気体操

理学療法士の指導のもと介護予防体操をしています。

加齢と共に足の筋力が弱くなったり、外出が億劫になったりする状態が続くと、介護が必要になる可能性があります。

ゴムチューブなどを使って楽しくトレーニングがしませんか。

申し込みをお待ちしています。

【対象者】

65歳以上で明日香村在住の方

【日時】

・Aコース 4月22日(月)～

おおむね毎週月曜日

①13時～14時

②14時30分～15時30分

・Bコース 4月23日(火)～

おおむね毎週火曜日

①13時～14時

②14時30分～15時30分

【内容】

①体調確認、血圧測定、検温

②理学療法士の指導による筋力

トレーニング(マットや座位の運動)

【場所】 健康福祉センター

【参加費】 月600円

【申し込み・問い合わせ】

健康づくり課

※募集期間

4月2日(火)～4月5日(金)

※定員 各コース50名

認知症予防教室

今月の教室は、「切り紙カレンダー作り」その時間に生まれる楽しい会話です。

季節のカレンダー制作をおこなうことで脳やこころを豊かに保ちましょう。また、介護予防体操を通して日々の健康づくりをおこないまししょう。

皆様の参加をお待ちしています。

【対象者】

65歳以上で明日香村在住の方

【日時】 4月17日(水)

14時～15時

【申込期限】 4月15日(月)まで

【参加費】 無料

【場所】 健康福祉センター2階

会議室1・2

【申し込み・問い合わせ】

明日香村社会福祉協議会

☎54-2740

個別健康相談

個別健康相談では、健診の結果や、日頃の運動・食事などの生活習慣で気になることを相談できます。相談を希望される方は、電話等でご予約ください。

【日時】

4月9日(火)、24日(水)

・一人(一組) 30～40分程度

・いずれも9時30分～15時30分

※2日前までに要予約

【内容】

専門職(管理栄養士・健康運動指導士等)による指導・相談

個別に生活習慣の改善方法をご提案します。

【場所】

役場相談室

【利用料金】

無料

【注意事項】

訪問による相談もできます。ご希望の方はお問い合わせください。

【問い合わせ】

健康づくり課

☎54-55550