



○青年期・壮年期からの健康

●健康づくり

今までどおり、お近くの保健センター等で実施します。
詳しい日時・場所などは、個人通知、市が発行する広報紙及び健康カレンダー等でお知らせします。

事業名	対象者など	内容
健康づくり推進事業	全市民	生活習慣病の予防を目的に、町内会等地域ぐるみの健康づくりに専門スタッフ派遣などの支援をします。 また、健康増進センターを活用した市民講座や毎日1万歩運動、ヘルスアップ事業、市民健康体操の健康教室等を開催します。
健康手帳	医療以外の保健事業を受けた方 老人医療受給者 20歳以上の希望者	健康診断の記録や健康についての必要事項を記録し、健康管理に役立てていただくための健康手帳を発行します。
健康教育	全市民	生活習慣病予防、健康づくりなどの知識や日常生活の過ごし方、食生活の方法などについて、各種の健康教室等を開催します。 また、医師、歯科医師、保健師、栄養士、歯科衛生士などの派遣による講座等も行います。
機能訓練	A型	脳卒中後遺症の方など
	B型	老化などにより心身機能が低下している方または閉じこもりがちな方
訪問指導	全市民	保健師や栄養士等が自宅を訪問し、生活習慣改善や健康的な食生活等の保健指導を行います。
訪問リハビリ	脳卒中後遺症など、機能訓練を必要とする方	理学療法士が自宅を訪問して、心身の機能維持回復を図り、日常生活の自立を助けるための指導を行います。 介護保険の対象となる方は、原則として対象外です。
健康相談	全市民	心身の健康に関する相談に応じて、保健師や栄養士などが必要な指導及び助言を行います。
歯科相談	全市民	健康まつり等の会場において、歯科相談やブラッシング指導等を行います。

●基本健康診査、各種がん検診など

生活習慣病予防で特に重要な基本健康診査や、がん検診等の受診者増を図ることで、糖尿病や高血圧、がん等の早期発見、早期治療を目指します。

なお、集団健診については、今までどおり、お近くの保健センター等で実施します。

詳しい日時・場所などは、個人通知、市が発行する広報紙及び健康カレンダー等でお知らせします。

健 検 診 名	実施形態	料 金	対 象 者	内 容
基本健康診査	集 団	無料	40歳以上の市民	住民の健康維持のため、生活習慣病の早期発見と予防を図ります。 基本健康診査の一部とします。
	医療機関	1,300円		
肝炎ウイルス検診	集団・医療機関	無料	40歳以上の男性希望者	基本健康診査とセットで行い、前立腺がんの早期発見・早期治療を図ります。
前立腺がん検診	集 団	500円		
	医療機関	500円		



健 検 診 名	実施形態	料 金	対 象 者	内 容
胃がん検診	集 団	500円	40歳以上の市民	胃がんの早期発見・早期治療を図ります。
大腸がん検診		300円		大腸がんの早期発見・早期治療を図ります。
肺がん検診	集 団	撮影+読影 カクタン 喀痰	40歳以上の女性	肺がんの早期発見・早期治療を図ります。
		視触診		
乳がん検診	集 団	マンモグラフィ1方向	40歳以上の女性	乳がんの早期発見・早期治療を図ります。
		マンモグラフィ2方向		
子宮がん検診	医療機関	視触診	20歳以上の女性	子宮がんの早期発見・早期治療を図ります。
	集 団	タイプ 頸部		
骨粗しょう症検診	集 団	X線	40歳以上の市民	骨粗しょう症の早期発見・早期治療を図ります。
		超音波		
腹部超音波検診	集 団	X線	40歳以上の市民	内臓系疾患(肝臓・腎臓・すい臓・たんのう・ひ臓)の早期発見・早期治療を図ります。
		医療機関		
歯周疾患検診	医療機関	無料	40、50、60、70歳の市民	歯周病の早期発見・早期治療を図ります。
結核胸部レントゲン検診	集 団	無料	65歳以上の市民	結核の早期発見・早期治療を図ります。

以下の方については、各種健 検 診にかかる自己負担はありません。

- ・市民税非課税世帯の方
- ・生活保護世帯の方
- ・65歳以上で、老人医療受給者証をお持ちの方
- ・70歳以上の方

○愛の献血

●献血のお願い

みなさんの善意による無償の献血が貴い命を救います。患者さんの安全のため、安心して輸血を受けることができるような献血をお願いします。

献血の詳しい日時・場所などは、本庁または各総合支所の担当課窓口へお問い合わせください。

●献血方法別のおもな採血基準

区 分	成分献血		全血献血	
	血漿成分献血	血小板成分献血	200mm ³ 献血	400mm ³ 献血
1回の献血量	300～600mm ³ (体重により異なります。)	400mm ³ 以下	200mm ³	400mm ³
対象年齢	18～69歳	18～54歳	16～69歳	18～69歳
体重	男性:45kg以上 女性:40kg以上		男女とも50kg以上	

65歳以上の方が献血される場合は、献血者の健康を考え、60～64歳のあいだに献血経験がある方に限ります。