


40～74歳 75歳以上
**特定健康診査・健康診査を
 受けましょう**




健康を守るために、
 身体の小さなサインを知ろう！

ID検索 170

受診期間	6/1日～10/31日(日・祝を除く)
対 象	・国保加入者または生活保護世帯の40歳以上の方(令和8年度中に達する年齢) ・後期高齢者医療保険に加入している方
そ の 他	・受診券がお手元に届かない場合はご連絡ください。 ・詳細は受診券またはホームページをご確認ください。



「黄色の圧着はがき(受診券)」が届いたら、医療機関をすぐ予約！




特定健診はとってもオトク！

個別に受診すると約12,000円かかる健診を、町では1,000円で受診できます。

●人間ドックの受診をお考えの方へ
 40～74歳(令和9/3/31時点)で、国保加入中の方は、受診した費用の一部(上限10,000円)の助成が受けられます。
 ※同一年度内で特定健康診査を受診しない方のみ

●特定保健指導を必ず受けよう！
 「メタボリックシンドローム」のリスクがあると診断された方には、『特定保健指導』をご案内します。保健師や管理栄養士が、生活や食生活を見直すアドバイスをしますので、ご自身の健康管理にぜひご活用ください。




☎ 子育て・健康課健康づくり班(☎71-7100)

これからの人生を、もっと自分らしく生きるために。 ID検索 191
 ～大切な人へ、想いや希望を伝えておく、未来へのやさしい準備～

「私のエンディングノート」
 終活をサポートする一環で、元気な時に過去を振り返り、現在の状況を整理することができる「私のエンディングノート」を配布しています。
 これからの人生を、もっと自分らしく過ごすため、大切な人へのメッセージや、もしものときに伝えたいことを書き残しておくことで、残される人の安心にもつながります。

「アドバンス・ケア・プランニング(ACP:愛称「人生会議」)」
 命の危険が迫った状況になると、約7割の方が、これからの医療やケアなどについて、自分で決めたり、人に伝えたりすることができなくなるといわれています。
 ACPとは、そんなもしものときのために、医療やケアについて、年齢にかかわらず元気なうちから家族などと話し合っておくことです。
 気持ちは変わっていくこともありますので、その都度、何度でも繰り返し話し合うことが大切です。

詳しくはこちら






☎ 高齢介護課高齢福祉班(☎75-9542)

「私のエンディングノート」配布場所
 高齢介護課窓口、ラディアン、町民サービスプラザ、町社会福祉協議会、町シルバー人材センター(ホームページでもダウンロードできます。)