

七戸町健診のご案内

「申込書の書き方」を参考に、同封の「平成31年度総合健診・七戸病院人間ドック申込書」にご記入の上、同封の返信用封筒に入れ、健康福祉課（天間林保健センター）へ郵送もしくは持参してください。

※町の健診を受けない方は、受けない理由(3ページ)を記入の上、返送ください。

提出締切：平成31年3月22日（金）

【目次】

総合健診（天間林保健センター・柏葉館）のご案内	1ページ
公立七戸病院 人間ドックのご案内	2ページ
申込書の書き方	3ページ
申込書の記入例	4ページ
特定健診はどんな検査があるの？	5ページ

【健診受診日のお知らせについて】

受診日は、5月下旬にハガキにてお知らせします。

※骨密度検診受診者と6月の七戸病院人間ドック受診者には、問診票などが直接送付となります。

女性の骨密度検診の対象年齢が30～74歳に変わります。

国が示す健康増進実施要領には対象年齢が40・45・50・55・60・65・70歳と定められています。七戸町では、早期に骨量減少者を発見し骨粗鬆症を予防する目的と七戸病院の人間ドックの受診者との公平性を鑑みて、対象年齢を30～74歳までとすることとなりました。

【お問い合わせ先】 七戸町 健康福祉課 TEL 0176-68-4631

総合健診（天間林保健センター・柏葉館）のご案内

- ・総合健診は（公財）青森県総合健診センターへ委託します。
 - ・特定健診受診の40～74歳の社保被扶養者は「特定健診受診券」が必要です。
 - ・がん検診は、どなたでも受診することができます。
 - ・申込書の**電話番号は、必ず連絡が取れる番号をご記入**ください。
- *自己負担額、日程などは変更になる場合があります。

検査項目	対象者	自己負担額	内 容
特定健診 (20歳以上男女)	20歳～39歳	1,000円	生活習慣病の予防のために、メタボリックシンドロームに着目した検査（詳細は5ページ参照） 診察・問診・身体測定（身長・体重・肥満度BMI・腹囲）血圧・心電図・眼底検査・尿検査・血液検査（肝機能・腎機能・脂質・血糖・貧血）
	国保 (40歳～74歳)	1,000円	
	社保被扶養 (40歳～74歳)	保険者提示額	
	後期高齢 生活保護	無料 無料	
肺がん検診	40歳以上男女	400円	胸部X線検査
胃がん検診		1,300円	胃部X線検査（バリウム）
大腸がん検診		500円	便潜血検査（2日分の便検査）
子宮頸がん検診	20歳以上女性	1,200円	細胞採取及び内診
乳がん検診	40～59歳女性	1,200円	マンモグラフィ2方向
	60歳以上女性	800円	マンモグラフィ1方向
肝炎検査	40・45・50・55・60・65・70歳で一度も検査を受けたことがない男女	500円	採血（B型、C型肝炎検査）
骨密度検査	30～74歳女性	500円	腕部X線検査 (骨粗鬆症の治療中の方は受診不可)

平成31年度七戸町総合健診日程

天間林保健センター		
健診日	内 容	
	午前	午後
5月31日（金）	骨密度検診	
7月9日（火）	特定健診 がん検診	婦人検診
7月10日（水）		婦人検診
7月11日（木）		婦人検診
11月24日（日）		婦人検診
11月25日（月）		婦人検診
11月26日（火）		

柏 葉 館		
健診日	内 容	
	午前	午後
5月31日（金）	骨密度検診	
8月5日（月）	特定健診 がん検診	婦人検診
8月6日（火）		
9月29日（日）		婦人検診
9月30日（月）		婦人検診
10月1日（火）		
10月27日（日）		婦人検診
10月28日（月）		婦人検診
10月29日（火）		

公立七戸病院 人間ドックのご案内

対象者：30～74歳の方（社会保険本人は受診できません。）

- ・40～74歳の社保被扶養者は「特定健診受診券」が必要です。
- ・受診日は、公立七戸病院で指定した6月から3月です。
- ・年度途中で保険証が変更になる予定の方は、備考欄にご記入ください。
- ・申込書の電話番号は、必ず連絡が取れる番号をご記入ください。

*自己負担額、日程などは変更になる場合があります。

【基本検査】

対象者		30～39歳	40～74歳
基本検査	一般検査	診察・問診・身体測定（身長・体重・肥満度 BMI・腹囲）血圧・心電図・視力検査・眼底検査・聴力検査	
	X線検査	無し	胸部X線検査・胃部X線検査（バリウム）
	便検査	無し	便潜血検査（2日分の便検査）
	超音波検査	腹部超音波検査	
	血液検査	肝機能、腎機能、脂質、血糖、貧血、血清、肝炎検査	
	尿検査	タンパク、潜血、白血球、糖	
	骨密度検査	女性のみ	

【基本検査料金】

対象者	自己負担額
町民税 課税世帯（30～39歳）	男性：3,900円 女性：4,000円
町民税 課税世帯（40～74歳）	男性：7,000円 女性：7,100円
町民税 非課税世帯（30～39歳）	男性：1,900円 女性：2,000円
町民税 非課税世帯（40～74歳）	男性：3,500円 女性：3,600円

【オプション検診】（追加料金が必要です）

オプション	自己負担額	内容
乳がん検診	40～49歳女性	マンモグラフィ・超音波検査
	50歳以上女性	マンモグラフィ

※子宮頸がん検診を希望される方は、総合健診の婦人検診(1ページ)を申し込んでください。



申込書の書き方

◎医療保険の該当するところをお読みください。

- ・「医療保険」欄を確認してください。違う場合は書き換えてください。
- ・申込後に「医療保険」が変わった場合には、新しい保険証が届いていなくても、必ず、健康福祉課まで連絡してください。

① 国 保 後 期 高 齢 生活 保護 受 給 者	② 社 保 本 人	③ 社 保 被 扶 養 者
<p>◎総合健診 (20歳以上)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 特定健診、子宮頸がん検診 <p>(40歳以上)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ がん検診(胃、肺、大腸、乳) <p>◎七戸病院人間ドック (30～74歳)</p> <p>※生活保護受給者 役場社会生活課・支所庶務課で発行する「七戸町集団健診・短期人間ドック無料受診証」を健診当日までに用意してください。</p>	<p>◎総合健診の内がん検診 (20歳以上)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 子宮頸がん検診 <p>(40歳以上)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ がん検診(胃、肺、大腸、乳) <p>※特定健診・七戸病院人間ドックは申込みできません。特定健診は勤務先に申込みください。</p>	<p>◎総合健診 (20歳以上)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 特定健診、子宮頸がん検診 <p>(40歳以上)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ がん検診(胃、肺、大腸、乳) <p>◎七戸病院人間ドック (30～74歳)</p> <p>※40歳以上の方 保険者が発行する「特定健診受診券」を健診当日までに用意してください。</p>

◎受診を希望しない方

受けない理由欄に、下記の該当する番号を記入してください。

理 由	1. 妊娠中	5. 勤め先で受ける
	2. 長期入院中	6. 個人で受ける
	3. 寝たきり	7. その他
	4. 通院中	

氏 名		医療保険	総合健診(天間林保健センター・柏葉館) (20歳以上)							七病人間ドック (30歳～74歳)		受けない理由	
			特定健診	胃がん	肺がん	大腸がん	子宮がん	乳がん	骨密度検査	肝炎ウイルス検査	ドック		乳がん
健康 一郎		本人 社保 被扶養	***				***	***	***		***	***	5
宛名番号 1234567893													
生年月日 S43/ 6/23													
年度末の年齢 50才	性別 男												

◎ 「総合健診・七戸病院人間ドック申込書」の記入例

- ・平成32年3月31日時点の年齢を表示しています。
- ・「***」欄は、年齢・性別・医療保険の理由により申込できませんので、記入しないでください。
- ・受診希望の日や曜日等がある場合は、申込書の下方にある備考欄に記入してください。（希望に添えない場合があります。）

① 国保・後期高齢者・生活保護受給者

「総合健診」もしくは「七戸病院人間ドック」の、**空欄部分に○印を記入**してください。

氏名	医療保険 社保の方は「本人」か「被扶養」を○で囲んでください。	総合健診(天間林保健センター・柏葉館) (20歳以上)								七病人間ドック (30歳～74歳)		受けない理由
		特定健診	胃がん	肺がん	大腸がん	子宮がん	乳がん	骨密度検査	肝炎ウイルス検査	ドック	乳がん	
健康 太郎	後期高齢	○	○	○	○	***	***	***	***	***	***	
1234567891												
S18/10/23												
75才 男												
健康 花子	国保					○		***	***	○	○	
1234567892												
S20/12/26												
73才 女												

② 社保本人の方

本人に○印を記入し、各種がん検診の**空白部分に○印を記入**してください。「特定健診」はお勤め先に申込みください。

氏名	医療保険 社保の方は「本人」か「被扶養」を○で囲んでください。	総合健診(天間林保健センター・柏葉館) (20歳以上)								七病人間ドック (30歳～74歳)		受けない理由
		特定健診	胃がん	肺がん	大腸がん	子宮がん	乳がん	骨密度検査	肝炎ウイルス検査	ドック	乳がん	
健康 次郎	本人	***	○	○	○	***	***	***	***	***	***	
1234567894	社保 被扶養											
S45/9/11												
48才 男												



③ 社保被扶養者の方

被扶養に○印を記入し、「総合健診」もしくは「七戸病院人間ドック」の**受診項目に○印を記入**してください。特定健診及び人間ドック対象の方は「***」でも申込できます。（条件等は1～2ページ参照）

氏名	医療保険 社保の方は「本人」か「被扶養」を○で囲んでください。	総合健診(天間林保健センター・柏葉館) (20歳以上)								七病人間ドック (30歳～74歳)		受けない理由
		特定健診	胃がん	肺がん	大腸がん	子宮がん	乳がん	骨密度検査	肝炎ウイルス検査	ドック	乳がん	
健康 増男	本人	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	
1234567895	社保 被扶養	○										
H 2/11/11												
27才 男												
健康 増子	本人	***				○				○	○	
1234567896	社保 被扶養											
S47/12/12												
45才 女												

特定健診はどんな検査があるの？

メタボリックシンドロームおよびその予備群の発見に着目した検査内容となります。内臓脂肪の蓄積を調べるための「腹囲」や「BMI 測定」のほか「血圧」「血糖」「脂質」「肝機能」の項目に加え、「問診」で喫煙歴などの生活習慣に関する質問を行います。

項目	内容	健診結果からわかること
身体計測	腹囲	肥満度の指標である BMI も計算します。 BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)
	身長・体重	
血圧測定		血圧を測り、循環器系の状態を調べます。
血液検査	脂質 中性脂肪 HDL-コレステロール LDL-コレステロール	血液中の脂肪の状態（動脈硬化疾患など）を調べます。
	肝機能 AST (GOT) ALT (GPT) γ-GT (γ-GTP)	肝機能などの状態を調べます。 
	血糖 空腹時血糖 HbA1c	糖尿病の危険性を調べます。
	腎機能 血清クレアチニン	腎機能の状態を調べます。
尿検査	尿糖	糖尿病の危険性を調べます。
	尿蛋白	腎機能の障害などを調べます。
貧血検査	赤血球数 血色素量 ヘマトクリット値	貧血などの血液の病気を調べます。
心電図検査		不整脈や狭心症などの心臓に関わる病気を調べます。
眼底検査		眼底カメラで瞳孔から網膜を撮影し、眼底の血管を調べます。糖尿病による目の病気や動脈硬化の状態などを知ることができます。



メタボリックシンドロームはどうして危険なの？

日本人の三大死因は、がん、心臓病、脳卒中ですが、そのうち心臓病と脳卒中は、動脈硬化が要因となる病気です。メタボリックシンドロームになると、糖尿病、高血圧症、高脂血症の一手手前の段階でも、これらが内臓脂肪型肥満をベースに複数重なることによって、動脈硬化を進行させ、ひいては心臓病や脳卒中といった命にかかわる病気を急速に招きます。

◎健康のまちづくり宣言

「年に1回は、特定健診を受け、自分の体の状態を知り、生活習慣を見直します。」