

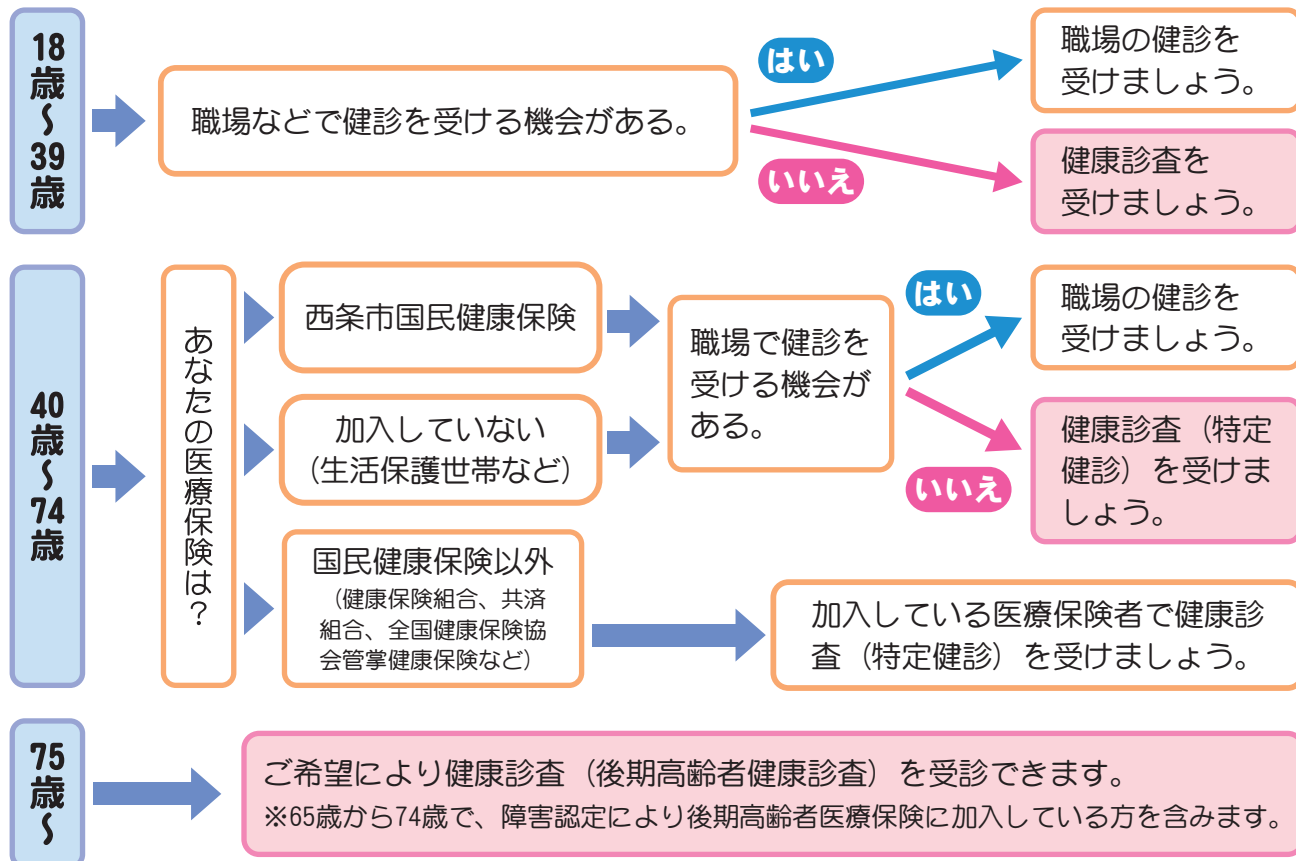
平成27年度

健康カレンダー

保存版



▼ 健診の受け方



西条市において「**がん検診**」は医療保険の種類に関係なく、**無料**で受診することができます。（3～5ページ参照）

▼ お問い合わせ先 ▼

▼ 健診の詳しい内容や申込方法などについて

中央保健センター TEL0897-52-1215
東予保健センター TEL0898-64-5333

丹原保健センター TEL0898-68-7300
小松保健センター TEL0898-72-6363

▼ 特定健診・後期高齢者健康診査の受診資格、国保人間ドックについて

国保に加入している40歳から74歳の方
75歳以上の方（後期高齢者）

市庁舎新館国保医療課 国保係 TEL0897-52-1447
市庁舎新館国保医療課 医療係 TEL0897-52-1212

▼平成27年度
地区別健診日程表（丹原地区・小松地区）

丹原地区・小松地区の総合健診

申込受付 4月6日(月) から受付開始

申込方法 各保健センターへお申し込みください。

記号説明

- ：8時30分～11時（診察時間：9時30分～11時）
- ◆：8時30分～10時
- ：8時30分～11時、13時10分～14時
- ◎：13時10分～14時 ▲：9時～11時

各地区の健診日程

- ▼丹原地区 . . . 3ページ
- ▼小松地区 . . . 3ページ
- ▼西条地区 . . . 4ページ
- ▼東予地区 . . . 5ページ

▼丹原地区の日程表 申込先：丹原保健センター TEL0898－68－7300

日 程	実施場所	健康 診査	肝炎	が ん 検 診									骨粗 しょう 症
				胃	肺	肺 CT	大腸	超音波	前立腺	乳 マンモ	乳 エコー	子宮	
5月12日(火)	J A周桑 丹原支所	●	●	●	●		●	●	●	■		◎	
14日(木)	J A周桑 田野支所	●	●	●	●		●	●	●	■		◎	
28日(木)	J A周桑 中川支所	●	●	●	●		●	●	●	■		◎	
6月1日(月)	J A周桑 徳田支所	●	●	●	●		●	●	●	■		◎	
15日(月)	丹原保健センター（レディース）	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	
7月27日(月)	丹原保健センター	●	●	●	●		●	●	●	■	■	◎	
8月3日(月)						▲							
27日(木)													▲
30日(日)		●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	
9月28日(月)	中川公民館	●	●	●	●		●	●	●	■	◎	◎	
10月20日(火)		●	●	●	●		●	●	●	■		◎	
21日(水)		◆	◆	◆	◆		◆	◆	◆				
22日(木)		●	●	●	●		●	●	●	■		◎	
11月30日(月)	丹原保健センター	●	●	●	●		●	●	●	■	◎	◎	

▼小松地区の日程表 申込先：小松保健センター TEL0898－72－6363

日 程	実施場所	健康 診査	肝炎	が ん 検 診									骨粗 しょう 症
				胃	肺	肺 CT	大腸	超音波	前立腺	乳 マンモ	乳 エコー	子宮	
5月20日(水)	小松農村環境改善センター	●	●	●	●		●	●	●	■		◎	
21日(木)		●	●	●	●		●	●	●	■		◎	
6月2日(火)	J A周桑 小松支所	●	●	●	●		●	●	●	■		◎	
7月16日(木)	小松公民館	●	●	●	●		●	●	●				
17日(金)		●	●	●	●		●	●	●	■		◎	
8月17日(月)	小松保健センター（レディース）	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	
9月1日(火)	小松保健センター												▲
10日(木)						▲							
16日(水)	小松公民館	●	●	●	●		●	●	●	■		◎	
10月1日(木)	小松保健センター	●	●	●	●		●	●	●	■	◎	◎	
6日(火)	小松農村環境改善センター	●	●	●	●		●	●	●	■		◎	
11月13日(金)	小松保健センター	●	●	●	●		●	●	●	■	◎	◎	
12月5日(土)		●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	

レディース健診 女性のみを対象とした健診日です。

マ マ 健 診 ママさんを対象とした健診日で、託児付きです。

▼健診（検診）の対象者・検査内容・注意事項

検査項目	対象者	検査内容	注意事項	受診方法		
				総合 健診	集団 検診	医療 機関
健康診査 （プレメタボ健診）	18歳から39歳の方、 または40歳以上で、 生活保護世帯の方	基本的な健診 問診、身体計測、腹囲測定、 血圧、検尿、診察、血液検査	勤務先などで健診を受ける機会のない方は、受診できます。	○		○
特定健診 （メタボ健診）	西条市国民健康保険に加入している方で、 40歳から74歳の方	※75歳以上の方は腹囲測定を実施しません。 詳細な健診 貧血検査、心電図検査、眼底検査	受診時には国保医療課から郵送された「特定健診受診券」と保険証が必要です。（6ページ参照）	○		○
後期高齢者健康診査	後期高齢者医療保険に加入している方 （75歳以上などの方）	※詳細な健診は、前年度の健診データを基に、医師が必要と判断した方のみ実施します。	糖尿病、高血圧、高脂血症などの生活習慣病で治療中の方は、健康診査を受ける必要はありません。	○		○
肝炎ウイルス検診	40歳以上で未受診の方	C型・B型肝炎ウイルス血液検査	41歳以上で、過去に1度でも検査された方は受診できません。	○		
胃がん検診	18歳以上の方	胃部レントゲン（バリウム検査）	次に該当される方は受診できません。 ○1週間以上、便が出ていない方 ○以前にバリウムを飲んでひどい便秘や発熱、または気分が悪くなった方 ○腹部や腰に動脈瘤のある方、血便など消化管からの出血が疑われる方 ○3カ月以内に胃や大腸ポリープを内視鏡で切除された方 ○1年以内に開腹手術・腹腔鏡手術をされた方および人工肛門の方 ○妊娠中または、その疑いのある方	○		
肺がん検診	18歳以上の方	胸部レントゲン ※必要な方には喀痰検査を実施	肺がん検診を受診すると、肺がんCT検診は受診できません。	○		
大腸がん検診	30歳以上の方	便潜血検査（検便）	生理期間中は採便を控えてください。	○		
腹部超音波検診	30歳以上の奇数年生まれの方	腹部画像検査で、肝臓・胆のう・すい臓・脾臓・腎臓を診ます。	医療機関で肝臓・胆のう・すい臓・脾臓・腎臓の治療中の方や経過観察している方は受診できません。	○		
前立腺がん検診	50歳以上の奇数年生まれの男性	血液検査（腫瘍マーカー）	医療機関で前立腺がんの治療中の方や経過観察している方は受診できません。	○		
乳がん検診	30歳以上の奇数年生まれの女性	30歳から39歳の方 エコー 40歳以上の方 マンモグラフィー	マンモグラフィーは、妊娠中またはその疑いのある方、授乳中の方、豊胸手術を受けた方、ペースメーカーを装着している方は受診できません。	○ ○		○
子宮頸がん検診	18歳以上の女性	子宮頸部細胞診	生理中の方は受診できません。子宮摘出術を受けた方や性交渉未経験の方は、HPV感染（※）がないので、受診の必要はありません。検査後、多少出血することがあります。	○		○
肺がんCT検診	40歳以上の奇数年生まれの方	胸部断層撮影	肺がんCT検診を受診すると、肺がん検診は受診できません。		○	
結核検診	65歳以上の方	胸部レントゲン	65歳以上の方は受診する必要があります。肺がん検診と同時に受けられます。	○		
骨粗しょう症検診	40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の方	かかとの骨量測定	骨粗しょう症で治療中の方は受診できません。		○	
成人歯科健診	40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の方	問診、歯の状況、歯肉の状況など	歯の治療中の方は受診できません。			○

※各健診（検診）は予約制です。当日の受付はできません。各実施場所ですべての定員を設けています。定員になり次第、受付を締め切りますのでご注意ください。 ※対象年齢は、平成28年3月31日現在の年齢です。

※妊娠中の方、妊娠の可能性のある方は、受診できませんのでご了承ください。

※表中の「奇数年生まれ」は、明治・大正・昭和の奇数年生まれの方です。

※HPV（ヒトパピローマウイルス）とは、子宮頸がんの原因となるウイルスです。

■新米パパママ学級（要予約）

- 対 象：初妊婦（西条市に住民票がある方）とパートナー
- 問合せ：中央保健センター TEL0897-52-1215

回 数	内 容
第 1 回	○妊娠中の栄養 ○調理実習と試食 ※エプロン・三角巾をお持ちください。
第 2 回	○お風呂の入れ方 ○パパの妊婦体験 ※ご夫婦での参加をお勧めします！
第 3 回	○お産の経過と補助動作 ○赤ちゃんを迎える準備
第 4 回	○歯の健康 ○先輩ママとの交流 ※歯ブラシ・手鏡をお持ちください。

妊娠届け出はお早めに！

医療機関で妊娠が確定したら、できるだけ早めに（11週ごろまで）妊娠届を提出し、「母子健康手帳」と「妊婦一般健康診査受診票」の交付を受けましょう。



開始月（場所）	第 1 回 9 時30分～13時	第 2 回 中央：9 時30分～12時 東予：19時～21時	第 3 回 9 時30分～12時	第 4 回 9 時30分～12時
5 月コース（中央）	5 月20日(水)	5 月24日(日)	6 月 1 日(月)	6 月 8 日(月)
6 月コース（東予）	6 月19日(金)	6 月26日(金)	7 月 3 日(金)	7 月 9 日(木)
8 月コース（中央）	8 月21日(金)	8 月30日(日)	9 月 4 日(金)	9 月11日(金)
9 月コース（東予）	9 月30日(水)	10月 9 日(金)	10月19日(月)	10月26日(月)
10月コース（中央）	10月28日(水)	11月 1 日(日)	11月 9 日(月)	11月16日(月)
1 月コース（東予）	1 月15日(金)	1 月22日(金)	1 月29日(金)	2 月 5 日(金)
2 月コース（中央）	2 月10日(水)	2 月14日(日)	2 月22日(月)	2 月29日(月)

※中央：中央保健センター 東予：東予保健センター

■こんにちは赤ちゃん訪問

- 対 象：生後 4 カ月までの乳児のいる家庭
- 時 期：里帰り中や連絡が取れない場合は、訪問時期が遅くなることもありますので、ご了承ください。
- 内 容：赤ちゃんの体重測定、育児相談、お母さんの体調についての相談、子育てに関する情報のお知らせなど



■乳幼児相談（予約不要）

- 時 間：9 時30分～11時
- 場 所：各保健センター

	中 央	東 予	丹 原	小 松
4 月	14日(火)	6 日(月)	2 日(木)	10日(金)
5 月	12日(火)	11日(月)	7 日(木)	8 日(金)
6 月	9 日(火)	1 日(月)	4 日(木)	12日(金)
7 月	14日(火)	6 日(月)	2 日(木)	10日(金)
8 月	11日(火)	3 日(月)	6 日(木)	14日(金)
9 月	8 日(火)	7 日(月)	3 日(木)	11日(金)
10月	13日(火)	5 日(月)	1 日(木)	9 日(金)
11月	10日(火)	2 日(月)	5 日(木)	20日(金)
12月	8 日(火)	14日(月)	3 日(木)	11日(金)
1 月	12日(火)	4 日(月)	7 日(木)	8 日(金)
2 月	9 日(火)	1 日(月)	4 日(木)	12日(金)
3 月	8 日(火)	7 日(月)	3 日(木)	11日(金)

■子育て総合相談窓口「ぽかぽか広場」（予約不要）

- 場 所：中央保健センター
- 日 程：毎週火曜日（12月29日・3月29日・祝日除く）
- 時 間：10時～15時（12時から13時まで個別相談はできません）
- 担 当：保健師・助産師・栄養士など

■電話相談

育児をされていて心配事や不安な事があれば、電話での相談に応じます。
お気軽にご利用ください。



■特定不妊治療費の助成

- 西条市では、少子化対策の一環として県が行っている特定不妊治療費助成に加えて、治療費の一部を助成しています。
- 問合せ：中央保健センター TEL0897-52-1215

▼個別健診の受診方法 ※検査内容・注意事項などの詳細は、2 ページを参照してください。

健 康 診 査		実施場所：指定医療機関	実施期間：6 月 1 日(月)～2 月29日(月)
検 査 項 目	対 象 者	申込方法・注意事項	
健 康 診 査	特定健診 (メタボ健診)	西条市国民健康保険に加入している方で、40歳から74歳の方	■申 込 先 指定医療機関に直接予約して受診してください。 ※受診の際には「特定健診受診券」と「保険証」をお持ちください。
	健康診査 (プレメタボ健診)	18歳から39歳の方、または40歳以上で生活保護世帯の方	■申 込 先 各保健センター ■申込受付 中 央：4 月13日(月)～2 月 5 日(金) 中央以外：4 月 6 日(月)～2 月 5 日(金) ※健康診査の申込者には、申し込みから約 1 週間後に「問診票」を送付しますので、受診の際にお持ちください。 ※後期高齢者健診の申込者には、申し込みから約 3 週間後に「後期高齢者健康診査受診券」を送付しますので、受診の際にお持ちください。
	後期高齢者 健康診査	後期高齢者医療保険に加入している方（75歳以上などの方）	

が ん 検 診		実施場所：指定医療機関	実施期間：6 月 1 日(月)～1 月30日(土)
検 査 項 目	対 象 者	申込方法・注意事項	
が ん 検 診	乳がん検診	40歳以上の奇数年生まれの女性	■申 込 先 各保健センター ■申込受付 中 央：4 月13日(月)～1 月22日(金) 中央以外：4 月 6 日(月)～1 月22日(金) ※定員になり次第、受付を締め切りますのでお早めにお申し込みください。
	子宮頸がん検診	18歳以上の女性	

成人歯科健診		実施場所：指定歯科医療機関	実施期間：6 月 1 日(月)～1 月30日(土)
検 査 項 目	対 象 者	申込方法・注意事項	
成人歯科健診	40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の方	■申 込 先 各保健センター ■申込受付 中 央：4 月13日(月)～1 月22日(金) 中央以外：4 月 6 日(月)～1 月22日(金)	

※がん検診、成人歯科健診の申込者に、申し込みから約 1 週間後に必要書類を送付しますので、受診の際にお持ちください。

▼40歳から74歳の国保被保険者の方へ 特定健診

医療保険者が40歳から74歳の方を対象に実施する健診で、メタボリックシンドロームの該当者とその予備軍の方の生活習慣の改善支援を目的としています。

対 象 者	西条市国民健康保険に加入している40歳から74歳の方
受 診 方 法	次の 3 つの方法の中から、いずれか 1 つの方法を選択して受診してください。 ※重複して受診した場合は、全額自己負担となります。 ①総合健診（健康カレンダー 3～5 ページ参照）… 無料 ②個別健診（健康カレンダー 6 ページ参照）… 無料 ③国保人間ドック（短期人間ドック・脳ドック）… 有料 担当：各保健センター 担当：国保医療課
受診の際に必要なもの	受診の際は「特定健診受診券」「国民健康保険被保険者証」が必要です。 健診当日にお持ちいただけない場合は、健診を受けることができません。 ※「特定健診受診券」は、5 月中旬ごろに国保医療課から郵送されます。

特定保健指導

健診の結果に基づき 3 つのグループに分けられ、リスクの程度に合わせた保健指導を行います。動機づけ支援、積極的支援に該当した方は、生活習慣改善のために、特定保健指導をあなたの健康づくりに役立てましょう。

すべての特定健診受診者 情 報 提 供 生活習慣の見直しや改善に必要な情報を提供します。	生活習慣の改善が必要な方 動機づけ支援 生活習慣をふり返り、すぐに実行できる目標を立て、生活習慣の改善を支援します。6 カ月後に健康状態や生活習慣の確認を行います。	より積極的な生活改善が必要な方 積極的支援 生活習慣をふり返り、生活習慣改善のための行動目標を立て、継続した支援を行います。6 カ月後に健康状態や生活習慣の確認を行います。
---	---	---

乳幼児健康診査 日程表

※日程や場所が変更になる場合があります。変更になった場合は広報紙などでお知らせしますので、ご注意ください。

3カ月児健康診査

対象者 (生年月)	中央保健センター		東予保健センター		丹原保健センター		小松保健センター	
	実施日	時間等	実施日	時間等	実施日	時間等	実施日	時間等
平成26年12月生	4月16日(木)	(受付時間) 13時 ～14時 (対象地区) 西条地区	4月21日(火)	(受付時間) 13時～ 13時30分 (対象地区) 東予地区	4月28日(火)	(受付時間) 13時～ 13時30分 (対象地区) 丹原地区	—	(受付時間) 13時～ 13時30分 (対象地区) 小松地区
平成27年1月生	5月21日(木)		5月19日(火)		6月23日(火)		5月26日(火)	
平成27年2月生	6月18日(木)		6月16日(火)		8月25日(火)		7月28日(火)	
平成27年3月生	7月16日(木)		7月14日(火)		10月27日(火)		9月29日(火)	
平成27年4月生	8月20日(木)		8月18日(火)		12月22日(火)		11月24日(火)	
平成27年5月生	9月17日(木)		9月8日(火)		2月23日(火)		1月26日(火)	
平成27年6月生	10月1日(木)		10月20日(火)		4月予定		3月8日(火)	
平成27年7月生	11月19日(木)		11月17日(火)					
平成27年8月生	12月17日(木)		12月15日(火)					
平成27年9月生	1月21日(木)		1月19日(火)					
平成27年10月生	2月18日(木)		2月16日(火)					
平成27年11月生	3月17日(木)		3月15日(火)					
平成27年12月生	4月予定		4月予定					

1歳6カ月児健康診査

対象者 (生年月)	中央保健センター		東予保健センター	
	実施日	時間等	実施日	時間等
平成25年9月生	4月9日(木)	(受付時間) 13時 ～14時 (対象地区) 西条地区	4月15日(水)	(受付時間) 13時～ 13時30分 (対象地区) 東予地区 丹原地区 小松地区
平成25年10月生	5月14日(木)		5月20日(水)	
平成25年11月生	6月11日(木)		6月17日(水)	
平成25年12月生	7月9日(木)		7月15日(水)	
平成26年1月生	8月13日(木)		8月19日(水)	
平成26年2月生	9月10日(木)		9月16日(水)	
平成26年3月生	10月8日(木)		10月21日(水)	
平成26年4月生	11月12日(木)		11月18日(水)	
平成26年5月生	12月10日(木)		12月16日(水)	
平成26年6月生	1月14日(木)		1月20日(水)	
平成26年7月生	2月4日(木)		2月17日(水)	
平成26年8月生	3月10日(木)		3月16日(水)	

3歳児健康診査

対象者 (生年月)	中央保健センター		東予保健センター	
	実施日	時間等	実施日	時間等
平成24年3月生	4月23日(木)	(受付時間) 13時 ～14時 (対象地区) 西条地区	4月7日(火)	(受付時間) 13時～ 13時30分 (対象地区) 東予地区 丹原地区 小松地区
平成24年4月生	5月28日(木)		5月12日(火)	
平成24年5月生	6月25日(木)		6月2日(火)	
平成24年6月生	7月23日(木)		7月7日(火)	
平成24年7月生	8月27日(木)		8月4日(火)	
平成24年8月生	9月24日(木)		9月1日(火)	
平成24年9月生	10月22日(木)		10月6日(火)	
平成24年10月生	11月26日(木)		11月10日(火)	
平成24年11月生	12月24日(木)		12月1日(火)	
平成24年12月生	1月28日(木)		1月5日(火)	
平成25年1月生	2月25日(木)		2月2日(火)	
平成25年2月生	3月3日(木)		3月1日(火)	

健康診査受診時のお願い

- 必要な物
 - 母子健康手帳
 - 育児のしおりにあるアンケート
 - ※事前に記入し、切り離してお持ちください。
 - ※3歳児健診は、視力・聴力検査のアンケートがあります。事前に検査を行って、お持ちください。
- 健診は受付をしてから、**2時間程度**かかる場合があります。おむつやミルク・着替えなど、必要な物をご準備してお越しください。
- 1歳6カ月児健診、3歳児健診は歯科診察がありますので、歯磨きをしてお越しください。
- 欠席される方や対象地区以外での受診を希望される方は、**必ず健診日の前日まで**に**中央保健センター**へご連絡ください。
- 健診会場内での飲食はご遠慮ください。



子育てで心配なことは
ご相談ください!!



お問い合わせ先

中央保健センター TEL0897-52-1215
 東予保健センター TEL0898-64-5333
 丹原保健センター TEL0898-68-7300
 小松保健センター TEL0898-72-6363