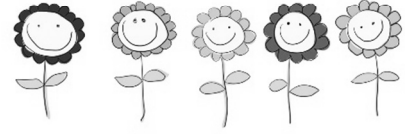


保健師・栄養士からの へるす さぽーと

119



受けていますか？

年に1度の健康診査

健康診査（健診）は、定期的に受けることで、自覚症状が現れる前に体の異常を見つかったり、自分の健康状態を知って病気を予防したりするのに役立ちます。

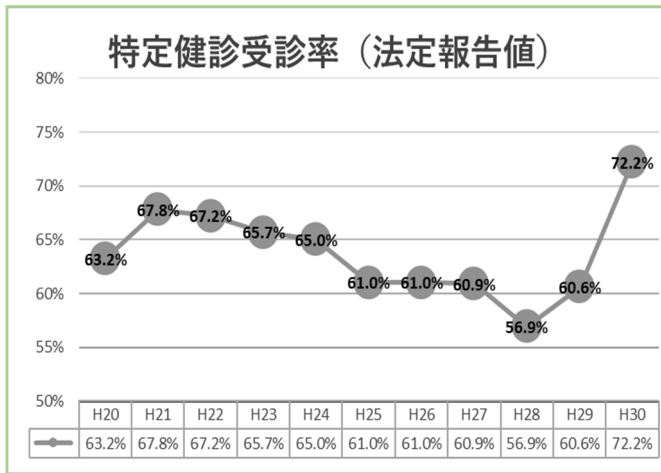
地域や職場の健診の機会を活用して、年に1度は健康チェックをしましょう。

剣淵町では、7割以上の

多くの方が健診を受けています

剣淵町国保の平成30年度の特
定健診受診率は、72.2%（前
年比+11.6ポイント）です。

年々、特定健診を受ける方が増え（左図）、全道179市町村のうち、1位となりました。平成27年度は、健診・保健指導の実績が優れた保険者（全国で72市町村が該当）として、厚生労働省のホームページにも記載され、剣淵町の誇れる特徴の一つとなっています。



家族・地域みんなで

家族の中に1人でも不調な方がいると、周りも心配になり、体調が崩れるような体験はありませんか。

C 「主婦」なら
会社勤めの方の扶養家族は、被扶養者健診として、年1回の特定健診（40～74歳）などが受けられます。「特定健診受診券」があれば、**剣淵町の集団健診**を受診することができます。
自営業者の扶養家族は、国民健康保険加入者の特定健診や後期高齢者健診、がん検診などが受けられます。
職場の健康保険の任意継続中は、会社勤めの方と同様となります。

D 「定年退職後」なら
国民健康保険加入者は、年1回、**剣淵町の特定健診**（74歳まで）や後期高齢者健診（75歳以上）やがん検診などが受けられます。
職場の健康保険の任意継続中の方は、会社勤めの方と同様となります。

あなたが受けられる健診は？

A 「自営業」なら
国民健康保険加入者を対象とする年1回の**剣淵町**の特定健診（40～74歳）や、がん検診などが受けられます。令和2年度からはJA北ひびきの正・准組合員であれば、厚生病院の人間ドックの助成も受けられます。75歳以上の方は、後期高齢者健診が受けられます。

B 「会社勤め」なら
年に1回以上の**職場**の定期健診やがん検診などが受けられます。
定期健診の検査項目は、職場や年齢によっても異なりますが、40～74歳では特定健診の項目が含まれています。
職場でがん検診を受けられない場合は、町の検診が受けられます。

費用などの詳細については、健康福祉課保健グループまでお問い合わせください。

健診は自分のためだけではなく、家族のため、親しい方々のために、ぜひ、声をかけあってください。皆さんで健診を受けましょう。

○4月からの健診日程等の詳細は、新聞折り込みや町内回覧、放送等でお知らせします。

健康福祉課 保健グループ

病院にかかっている人も
病院の診療で行う検査は、持病に関わる項目に限られることが多いです。全身をチェックする機会として、年1回の健診をお勧めし