

＜後期高齢者医療被保険者のみなさまへ＞

タダとく健診のお知らせ

健康診査＋胃・肺・大腸がん検診＝無料！

健康診査 … 自分の健康状態を知り、高血圧症、脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病の発症及び重症化の防止のための健診です。
(治療中の方も受診できますので、希望される方はかかりつけ医にご相談ください。)

がん検診 … 胃・肺・大腸などのがんを早期に発見するための検診です。
(疾患などにより保険診療となる場合は、がん検診の対象となりません。健診実施機関にお問い合わせください。)

料 金 **無 料 だ す！**
期 限 お手元に届いた日から **令和5年2月28日まで**

受診方法

- ① 中面の一覧から、受診する健診実施機関を選択します。
※健診実施機関により、がん検診の実施状況が異なります。
- ② 健診実施機関に予約の電話をします。
- ③ 同封のタダとく健診受診券(桃色)の署名欄・質問票を事前に記入します。
- ④ 下記の持ち物を持って受診します。
＜持ち物＞ 後期高齢者医療被保険者証(保険証)
タダとく健診受診券(桃色)
前年度の健診結果(お手元にある場合のみ)

・がん検診を受診済み、または希望しない方は、健康診査のみ受診したいことを健診実施機関に申し出てください。
・健診実施機関や予約状況などにより、「健康診査のみ」「健康診査と一部がん検診のみ」の受診となる場合があります。
・年度内(令和4年4月1日～令和5年3月31日の間)に偶数年齢になる方は、胃がん検診をバリウム検査から内視鏡検査に変更することが可能です。
・新型コロナウイルス感染症の影響により、健診を中止または延期する場合があります。

こんな症状、ありませんか？

☐ 半年間で体重が2kg以上減った

☐ 疲れやすくなった感じがする

☐ 軽い体操や運動をする習慣がない

☐ 以前に比べ、歩く速度が遅くなったと思う

☐ 握力が低下したように感じる

3つ以上当てはまれば、 フレイルの可能性あり！

バランスの良い食事、運動などを心がけ、
年に1回健診を受けて、心身の状態を確認
しましょう！

※フレイルとは・・・高齢期に心身の機能が低下した状態を意味します。

問い合わせ先 苫小牧市保険年金課 0144-32-6425

＜タダとく健診の項目＞

内 容		実 施 項 目
健康診査	基本健診	身体計測、血圧測定、血中脂質検査 肝機能検査、血糖検査、尿検査
	詳細健診※	貧血検査、心電図検査 眼底検査、腎機能検査
がん検診 (健診実施機関により、がん検診の 実施状況が異なります。)		胃がん検診(バリウムまたは内視鏡) ※内視鏡は年度内に偶数年齢になる方のみ 肺がん検診(胸部エックス線) 大腸がん検診(便潜血検査2日法)

※詳細健診は、当該年度の健診結果が基準に該当し、かつ医師が必要と判断した場合に行います。
(ただし、腎機能検査については基準値の該当に関わらず、すべての受診者に実施します。)

＜注意事項＞

- 健診当日の食事については、健診実施機関から指示のない場合でも、脂肪分をひかえたものにしてください。
- 受診券を失くされた場合は再発行いたしますので、保険年金課(32-6425)までご連絡ください。
※資格喪失後に受診券が届いた場合は、行き違いですので破棄してください。
- 次に該当した場合は、健診料を負担していただくことがあります。
 - ① 後期高齢者医療制度の資格を喪失後に健診を受けた場合
 - ② 受診券の再発行等により、2回以上健診を受けた場合
- 健康上のご相談がある場合は、健診の結果をもとに市の保健師による健康相談を実施しております。
お気軽に健康支援課(32-6410・32-6411)までご連絡ください。

ゴー

ゴー

GOGO健診

～5,500円で
さらに充実した健診へ～

タダとく健診の検査項目

「健康診査」＋「がん検診」
(胃・肺・大腸)

タダとく健診
受診券

＋

追加検査項目

貧血・心電図・
眼底検査・尿酸・腹部エコー・
聴力・肺機能・視力

1.電話で予約

苫小牧市保健センター(ハスカッププラザ) TEL:35-0001

2.健診を受ける

「保険証・タダとく健診受診券・5,500円」を持って保健センターに行く

※「GOGO健診」は、実施日が決まっています。ご予約の際にご確認ください。

※各実施日ごとに受診できる人数には限りがあります。お早目の予約をお願いします。

※各年度で受診できるのは「GOGO健診」、「タダとく健診」のいずれか一方のみとなります。

その他のがん検診

胃・肺・大腸がん検診の他に、下記のがん検診も無料で実施しております。
※対象:年度内(令和4年4月1日～令和5年3月31日の間)に偶数年齢になる方

・子宮頸がん検診(頸部細胞診) 必要時、体部検査追加 ・乳がん検診(マンモグラフィ)

【がん検診に関するお問い合わせ】 健康支援課 ☎32-6410