

いつまでも元気で暮らしたい！



健康情報

高齢者肺炎球菌予防接種

今年度65歳・70歳・75歳になる人を対象に、生涯1回に限り予防接種費用の一部助成をしています。

指定の医療機関を予約の上、春に個別郵送している予防接種助成券と保険証等を持参してください。
自己負担金額 3000円
助成期間 3月末まで

※昭和14年10月1日以前生まれの人には、平成31年3月までの助成券を25・26年度に送付しています。

【生活保護受給中の人は】
自己負担が免除されます。事前に町民健康課に申請してください。
【助成券がない人は】
転入等で助成券がない人はお問い合わせください。

問合せ 町民健康課 ☎内線217

1月の相談と教室

アルコール相談及び研修会

(個別相談のみ事前申込み制)

10日(火)【相談】 14時～15時

【研修会】 15時～17時

らく楽の会 (事前申込み制)

12日(木) 13時30分～15時

認知症相談 (予約制)

17日(火) 13時30分～16時

24日(火) 9時～11時30分

こころの健康相談 (予約制)

18日(水) 9時～12時

27日(金) 13時30分～16時30分

※場所は全て鎌倉保健福祉事務所です。詳しくは、鎌倉保健福祉事務所HPをご覧ください。

問合せ 鎌倉保健福祉事務所

☎046712413900

管理栄養士による栄養相談

管理栄養士が個別相談に応じます。

日時 1月10日・17日(火)午前

場所 葉山町役場

申込み 電話予約 (一人30分程度)

町民健康課 ☎内線218

① 練功十八法体験 ② 葉山体操

日時 1月16日(月)

① 13時30分～14時30分

② 14時30分～15時30分

場所 保健センター ※申込み不要

問合せ 練功普及会 黒田

☎87511428

言語訓練教室

脳血管疾患などで言語障害のある人を対象に、言語聴覚士による言語

リハビリ教室を開催しています。

年10回、保健センターか町役場で

実施していますので、参加を希望する人は町民健康課までお問い合わせ

ください。

問合せ 町民健康課 ☎内線216

貯筋運動体験教室

元気で自立した生活には、足の筋力が特に大切です。器具を使わない運動で「貯筋」してみませんか？

日時 1月23日(月) 13時～15時

場所 保健センター

内容 大腿部の筋量測定(超音波測定)と運動実技

服装 動きやすく、太ももが出しや

すい服

定員 30人(先着順)

申込み 町民健康課 ☎内線216

申込期間 1月4日(水)～12日(木)

問合せ 町民健康課 ☎内線217

平成28年度の集団健診（検診）

◆申込み方法

がん検診の申込みは、ハガキに住所・氏名・生年月日・検診当日の年齢・電話番号・検診希望日（第1希望、第2希望：第2希望日は第1希望月以降の日程を書いてください）・希望検診名を記入し、申込み期間内に「〒249-0003 逗子市池子字棧敷戸1892-6 逗葉地域医療センター」まで郵送するか、逗葉地域医療センター内の専用ポストにお持ちください（土日祝日を除く9時～17時）。電話やFAXでの申込みはできません。特定健診・長寿健診の申込み方法は、11月号の13ページをご覧ください。

- ※健診（検診）は、年度に1回受けることができます。
- ※先着順です。定員を超えた場合は、締切から1週間以内に逗葉地域医療センターより日程調整の連絡をします。
- ※検診10日前までに当日のご案内・検査容器・問診票などを送付します。
- ※75歳以上の集団検診は、葉山町保健センターのみです。

◆特定健康診査対象者

40歳から74歳までの葉山町国民健康保険加入者には、特定健康診査受診券・集団検診申込書・返信用封筒を郵送しています。紛失した人は、町民健康課へご相談ください。

◆集団健診（検診）日程・申込み期間

月	日	曜日	子宮頸がん検診※1	場所	申込み期間 (消印有効※3)
2月 ※2	5日	日		逗子市役所	平成29年 1月1日～7日
	8日	水		葉山町保健センター	
	16日	木		逗子市保健センター	
	24日	金	○	逗子市保健センター	

- ※1 子宮頸がん検診は、「○」のついた日のみ実施しています。他の検診については、「各種健診（検診）内容」の集団の欄にあるもの全て実施しています。
- ※2 2月5日のみ、逗子市役所（電話：046-873-1111）にて実施します。この日は、乳がん・子宮がん検診はありません。
- ※3 消印は申込み期間内に限ります。それ以前や以降の消印のものは受け付けられませんので、ご注意ください。

問合せ

- ・集団健診（検診）申込み後の問合せは
逗葉地域医療センター 電話：873-7752
- ・集団健診（検診）の当日キャンセルは
葉山町保健センター 電話：875-1275

特定健診・長寿健診・がん検診等のご案内

葉山町では町民の皆さんの健康管理のため、該当する年齢や条件の人を対象に各種健診（検診）を実施しています。受診方法は「保健センターなどで行う集団健診」、「医療機関で行う個別健診」の二通りがあります。
(注意!) 特定健診・長寿健診は対象者の皆さんに通知をお送りしますが、がん検診は無料受診券対象者へのみ通知をしています。

種類	対象者	健診内容	個人負担金		受診可能期間	参考 (自費の場合)
			集団健診	個別健診 (医療機関)		
特定健診	40歳から74歳までの葉山町国民健康保険加入の人	身体測定・血圧測定・尿検査・血液検査・診察、医師の判断により心電図・眼底検査	1,500円		平成28年4月1日 ～29年2月28日	約14,000円
長寿健診	75歳以上の町民全て		無料			

【74歳の人は注意!】葉山町国民健康保険加入の方で4月以降に満75歳になる人は、74歳のうちに特定健診を受診するか、75歳になって長寿健診を受診するか、年度内どちらか1回の受診となります（健診の内容は同じものです）。

がん検診等	対象	検診内容	個人負担金		参考 (自費の場合)
			集団健診	個別健診 (医療機関)	
前立腺がん	40歳以上の男性	血液検査でPSA（前立腺がん特異抗原）を測定	1,000円	1,000円	約3,000円
胃がん	40歳以上	バリウムを飲んだ後、胃のレントゲンを集団検診では8枚、個別検診では9枚撮影	1,000円	3,500円	約14,000円
胃がんリスク	40歳以上	血液検査で胃がんにかかる危険度を判定。胃がんを見つける検診ではありません。		1,500円	約6,000円
乳がん視触診	20～39歳の女性	視触診による検査	600円	900円	約4,000円
乳がん ※1	40歳以上で受診日現在に偶数年の女性（2年に1回受診可）	視触診受診後、マンモグラフィ検査（乳房のレントゲン撮影）を必ずセットで受診。40歳以上の人の視触診のみの受診はできません。（集団検診では保健センターで同日に両方受診が可能）	1,500円	2,200円	約11,000円
子宮頸がん ※2	20歳以上の女性	子宮頸部の粘膜を取り顕微鏡で検査。個別検診では、必要に応じてコルポスコピー検査を実施。※妊娠している可能性のある人は、集団健診では受けられませんので、医療機関でお受けください。	900円	1,700円	約8,000円
肺がん	40歳以上	胸部レントゲン写真（直接）を1枚撮影。 問診の内容によって「たん」の検査を実施。	700円 800円	1,200円 800円	約6,000円 約3,500円
大腸がん	40歳以上	検便（2日分）により潜血反応を検査。	500円	700円	約4,500円
骨粗しょう症	20歳以上	超音波でかかとの骨の状態を検査し骨密度を測定。	800円		
肝炎ウイルス (同意書が必要 です)※3	41歳以上の人 今年度 満40歳になる人	血液検査でB型肝炎・C型肝炎の検査を実施。（過去に町の肝炎ウイルス検査を受けた人は受診できません） 昭和51年4月2日～昭和52年4月1日生まれの人	1,200円 無料	1,200円 無料	約4,000円

- ※1 今年度に40歳に達する人に、無料受診券を4月上旬に送付しています。
- ※2 今年度に20歳に達する人に、無料受診券を4月上旬に送付しています。
- ※3 昨年4月1日現在で40・45・50・55・60歳に達し、今まで肝炎ウイルス検査を町でしていない人に、無料受診券を昨年4月中旬に送付しています。