

## 国民健康保険加入者の特定健康診査（集団健診）

受診費用 無料

問合せ 住民ほけん課 国保年金担当 ☎991-1868

- ▶**日程** 12月11日(土)～16日(木) ▶**場所** 保健センター
- ▶**対象** 松伏町国民健康保険加入者…4月1日及び受診日における被保険者で、40歳以上の方。  
※すでに個別健診、人間ドックを受診された方は、受診できません。
- ▶**申込み** 対象者には、案内通知を9月末に送付します(受診券は、5月に送付しています)。  
受診日程を選択し、案内通知に同封のハガキでお申込みください。  
(郵送:10月14日消印有効、保健センター窓口:10月15日締切)  
※申込人数により、受診者を抽選で決定する場合がありますので、ご了承ください。  
※詳細は、案内通知をご覧ください。

## 後期高齢者医療保険加入者の健康診査（集団健診）

受診費用 無料

問合せ 健康診査:住民ほけん課 後期高齢者医療担当 ☎991-1884  
がん検診:保健センター ☎992-3170・992-4323

- ▶**日程・場所** 11月4日(木)、5日(金)、8日(月)～14日(日)・役場  
11月15日(月)・北部サービスセンター
- ▶**健診項目** 次の項目を1年に1回実施します。  
①問診②身体計測③血圧④血中脂質検査⑤肝機能検査⑥腎機能検査⑦血糖検査⑧尿検査⑨貧血検査⑩心電図検査
- ※大腸がん検診・肺がん検診も受診することができます。(年度内に1回のみ)  
※胃がん検診は個別検診のみとなります。指定医療機関(埼玉筑波病院・埼玉あすか松伏病院)に予約して受診してください。受診期間は12月28日までとなります。
- ▶**対象** 後期高齢者医療保険の加入者(健診日に後期高齢者医療保険資格のある方)  
※集団健診を受けた方は人間ドックの費用助成は受けられませんので、ご注意ください。
- ▶**申込み** 対象者には、案内通知を9月中旬に送付します。受診日程を選択し、案内通知に同封のハガキでお申込みください。期限を過ぎた場合や記入漏れがある場合は、申込みをお受けできませんので、ご注意ください。また、電話での申込みは、受け付けていません。  
(郵送:9月30日(木)当日消印有効 保健センター窓口(ハガキ持参):10月1日(金)締切)

## こころのストレスが溜まっていませんか？ 9月10日～16日は自殺予防週間です

問合せ 保健センター 健康増進担当(こころの相談電話) ☎992-3490

最近よく眠れない、食事が美味しくなく、今まで楽しめていたことが楽しめない、何をしてもおっくう、気持ちが落ち込むなど、こころのストレスが溜まっていませんか？



みんなのメンタルヘルス総合サイト(厚生労働省)

<http://www.mhlw.go.jp/kokoro/first/first02.html>

### こころのストレスを感じたら

- ・決まった時間に飲食する、睡眠をとるなど、毎日の基本的な生活リズムを崩さないように心掛けましょう。
- ・情報の集めすぎはストレスになります。新しい情報に触れるのは一日2回程度におさえましょう。
- ・心配事や悩み事を書き出してみましょう。言葉にすることで、気持ちが楽になることがあります。
- ・友人や親族などに気持ちを伝えてみましょう。電話やチャットなども上手に利用しましょう。



# 保健センターで実施する各種検診（集団検診）

要電話予約

問合せ 保健センター ☎992-3170/992-4323/992-3100

▶日程 12月11日(土)～16日(木) ▶場所 保健センター

検診項目	内容	自己負担金	対象者
胃がん	胃部X線検査	1,000円	40歳以上75歳未満の町民の方
大腸がん	便潜血反応	400円	
肺がん	胸部X線検査	500円	
	喀痰(該当者のみ)	700円	
前立腺がん	採血(PSA検査) (該当者のみ)	400円	①60歳(昭和36年4月2日～昭和37年4月1日生)又は65歳(昭和31年4月2日～昭和32年4月1日生)の男性の方 ②昨年度対象で未受診の61歳(昭和35年4月2日～昭和36年4月1日生)又は66歳(昭和30年4月2日～昭和31年4月1日生)の男性の方。(当日申込み)
肝炎ウイルス	血液検査(採血)	500円	40歳以上75歳未満の町民の方で、過去に検診を受けたことのない方(当日申込み)

▶申込み 10月1日(金)から15日(金)までに電話でお申込みください。

☎992-3170/992-4323/992-3100(受付時間:8:30～17:15)

初日は大変混み合い電話がつながりにくくなります。

特定健診の受診券をお持ちの方は、9月末に送付するハガキのみでのお申し込みとなります。

※75歳以上で集団検診を希望する方は、11月の後期高齢者のがん検診(肺・大腸)での受診となります(案内は9月中旬予定)。75歳以上の胃がん検診は、個別検診のみとなります。

※次の方は無料で受けられます。①75歳以上の方 ②住民税非課税世帯の方 ③生活保護受給の方

(②③の方は検診を受ける前日(平日)までに、本人確認できるものを持参のうえ、保健センターへ申請してください。)

新型コロナウイルス感染拡大状況によっては、集団健診等が中止となる場合があります

それでも辛いときは…誰かに相談してみましょ。

## よりそいホットライン

☎0120-279-338

年中無休・24時間

<https://www.since2011.net/yoriso/>

※電話、FAX、チャットやSNSによる相談にも対応しています。



## こころの健康相談

### 統一ダイヤル

☎0570-064-556

(相談対応の曜日・時間は都道府県によって異なります。)

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi\\_kaigo/seikatsuhogo/jisatsu/kokoro\\_dial.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/seikatsuhogo/jisatsu/kokoro_dial.html)



## 金融サービス利用者相談室

☎0570-016811

平日10:00～17:00

<http://www.fsa.go.jp/receipt/soudansitu/>

※電話、FAX、Web、文書(郵便)による相談にも対応



## 子供のSOSの相談窓口

☎0120-0-78310

24時間対応

[http://www.mext.go.jp/a\\_menu/shotou/seitoshidou/06112210.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/06112210.htm)

※受付時間や相談日等は、実施団体によって異なります。



## DV相談+(プラス)

☎0120-279-889

(電話・メール: 24時間受付)

(チャット: 12:00～22:00)

<http://soudanplus.jp/>

※電話、メール、チャットによる相談に対応しています。



## 松伏町こころの相談

月1回(月曜)予約制

☎048-992-3490

P.9 保健センターからのお知らせをご覧ください。

※電話相談は随時実施。