

## お知らせ

### 令和3年度から総合検診は全て予約制になります！

- 総合検診は半日で市が実施する様々な検診が受けられます（胃がんリスク検診、歯周病疾患検診をのぞく）。
- がん検診のみの場合も予約が必要です。
- 特定健診は時間指定です。がん検診は時間指定はありません。
- 受けたい日程の予約締め切り日までに、高梁市役所健康づくり課（電話0866-21-0228）まで電話で予約をしてください。
- 特定健診を受診される方は、当日必ず予約時間内に会場までお越しください。
- 受診予約を都合によりキャンセルされる場合は、必ず高梁市役所健康づくり課までお知らせ下さい。（詳細は8～9ページ参照）

### 肝炎ウイルス検査が医療機関でも受診できます！



- 無料券対象者の方で、肝炎ウイルス検査を受診したことがない方が対象です。（市の助成は一人1回のみ）
- 肝炎ウイルス検査はB型肝炎・C型肝炎ウイルスに感染しているかどうかを調べる検査です（血液検査）。
- 受診の際には、必ず無料券を持参してください。

### 前立腺がん検診の問診票がなくなりました！

- 前立腺がん検診を希望される方は、がん検診の受付でお申し出ください。

### 令和3年度国民健康保険短期人間ドック申請期間

- 受診希望日の1ヶ月前までに、直接実施医療機関へ電話申し込みをしてください。（市役所への事前申請は不要です）

**令和3年4月5日(月)～令和3年12月28日(火)まで**

ただし、医療機関受付時間外および休診日は除きます。

（詳細は13ページ参照）

## お知らせ

### 80歳以上の方へ

#### 結核健診を受けましょう！



- 80歳以上の方は、結核を発症する危険性がほかの年齢の方に比べて、約5倍高くなります。
- 結核を発症しても、初期段階ではほとんど症状（微熱、体のだるさ、長引く咳、たん等）が表れず、気づかないうちに進行してしまうことがあります。
- 結核の早期発見のため、定期的に健康診断を受けましょう。早期に発見すれば本人のためだけでなく、大切な家族や友人等を結核から守ることができます。

### 41歳から58歳の男性の方へ

#### 風しん抗体検査を受けましょう！（無料）

（昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性で、抗体価が低い方は定期予防接種の対象者になります。）

⇒⇒⇒集団検診会場、医療機関や職場検診で抗体検査ができます。

⇒⇒⇒抗体価が低い方は無料で風しん予防接種が受けられます。

- 市から送付された無料クーポン券を必ず持参して下さい。
- 今年度が最終の年になります。（R4.2月まで）  
まだ抗体検査を受けていない方は、ぜひ受けましょう。

（詳細18ページ）



無料で受けられるのは  
今年が最後です

### 特定保健指導対象者の方へ

#### 保健師・栄養士が生活習慣改善のお手伝いをします！

- 腹囲と血糖値・血圧・コレステロールが高い方を対象に食事・運動・休養を振り返り、生活習慣改善のお手伝いをします。
- 吉備国際大学と協力して、運動を中心としたシェイプアップ教室を実施しています。ぜひ、ご参加ください。