

## お知らせ

### 令和2年度から日曜日検診の

#### 特定健診・後期高齢者健診が予約制になります！

- がん検診のみの場合は予約は不要です。
- 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まで電話で予約をしてください。
- 当日は必ず予約時間内に会場までお越しください。
- 検診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9ページ参照)

### がん集団検診の問診票が変更になります！

市で実施している集団検診の重複した問診内容をまとめました！



- 特定健診、健康診査(75歳以上)、胃がん検診、結核肺がん検診、大腸がん検診の問診票が1枚になりました。
- 乳がん検診、子宮頸がん検診の問診票が1枚になりました。
- 各問診票の裏面に受診上の注意点について記載されています。  
必ずご確認ください。

※前立腺がん検診の問診票に変更はありません。

### 検診自己負担額が変更になります！

- 消費税増税と検診機材の変更により自己負担額が上がっています。(詳細は6ページ参照)

### 令和2年度より国民健康保険短期人間ドックの

#### 利用方法が変わります！

- 市役所への事前申請が不要になりました。  
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してください。
- 申込期間が延長されました。  
令和2年4月1日(水)～令和3年1月30日(土)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他の年齢と比べて約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）が現れず、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。

### 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。

（詳細16～18ページ）