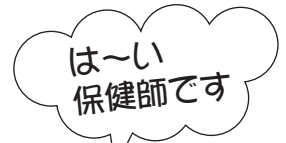


平成18年度の住民健診(複合健診)を8月から9月にかけて行います。複合健診とは、いろいろな健診(基本健診・各種がん検診)の中から、自分の希望する健診を選んで、近くの会場で受診することのできる健診です。

- ★本年度すでに巡回健診や節目健診を受診された方は重ねて受けることはできません。
- ★今年は、予備日(もれ健診)はありませんので、受け忘れのないようにしてください。



### 申し込み方法

- ◆申し込みをされていない方  
2月以降に転入された方や希望調査を提出されていない方は、これからでもお申し込みができますので、左記までお申し込みください。申し込みされていない場合は、健診会場でかなりお待ちいただくことがあります。
- ◆すでに申し込まれた方  
今年2月に「平成18年度各種健診希望調査書(ピンク色)」及び電話等で申し込まれた方には、健診予定日の2~3週間前に、健診セットを郵送いたします。

### 実施期日

<一の宮地区>  
8月3日~8月18日  
(12日~15日除く)  
<阿蘇地区>  
8月19日~9月2日  
<波野地区>  
9月4日~9月6日  
※健診開始前には、全日程を  
回覧で周知します

<申し込み・問い合わせ> 阿蘇市役所  
保健課 保健予防係・一の宮保健センター 22-5088



## 住民健診(複合健診)対象者・健診自己負担額

健診項目 (健診内容)	対象者	自己負担額		実際にかかる 健診料金
		69才以下の方	70才以上の方	
子宮がん検診 (頸部がんの検診)	20才以上で 職場健診のない女性	700円	300円	3,730円
乳がん検診 (超音波検診)	30才以上で 職場健診のない女性	500円	200円	2,500円
乳がん検診 ※1 (レントゲン検診)	40才以上で 職場健診のない女性	1,000円	500円	4,725円
大腸がん便潜血検査 (便潜血2日法)	40才以上で 職場健診のない方	400円	100円	1,740円
胃がん検診 (バリウムを飲んでレントゲン撮影)	40才以上で 職場健診のない方	900円	400円	4,536円
超音波検診 (超音波をあて上腹部の検査)	18才以上で 職場健診のない方	1,000円	1,000円	3,100円
肝炎検査 ※2 (基本健診の採血と同時に実施)	40才以上の 節目年齢の方	500円	200円	2,463円
前立腺がん検診 (基本健診の採血と同時に実施)	40才以上で 職場健診のない男性	500円	200円	1,600円
胸部レントゲン検診 肺がん・結核検診 (胸部レントゲン撮影)	40才以上で 職場検診ない方 (妊婦を除く)	200円	100円	927円
基本健診 (身長、体重、肥満度、血液検査、 検尿、心電図、血圧、医師の診察)	18才以上の国保加入の方、 社会保険扶養で職場健診の ない方 (社会保険本人は事 業所健診を受診してください)	1,000円	無料	6,568円
生活機能評価 ※3 (基本健診と同時に実施)	65才以上の方	65才以上実施で無料		1,050円

あなたの健康大丈夫!??

住民健診(複合健診)を8月・9月に実施します

※1…乳がん検診希望の40才以上の方は、どちらか選択となります。(両方の検査を併用して受診することはできません)  
 ※2…平成14年度から平成18年度まで検査予定です。今年度、節目の年齢になる方で未検査の方は検査をお勧めします。  
 ※3…生活機能評価とは、65才以上の方を対象に基本健診と合わせて実施する介護予防のための健診です。生活習慣病とともに日常生活を維持していくための心身の能力をチェックします。

# 家族介護教室のおしらせ

～在宅介護をしようか迷っていらっしゃる方のご相談も受けています～

阿蘇在宅生活支援センターなど3つのセンターでは、多くのカリキュラムをそろえ介護者向けの「家族介護教室」を行っています。「自宅で介護をしているがうまくできない」「介護を始めたい」「認知症の方の介護をしている」など様々なご要望にお応えする介護技術や知識が習得できる教室です、皆さまお気軽にご参加ください。

※参加費は無料

※参加希望の方は、各在宅生活支援センターへお申し込みください。

●阿蘇在宅生活支援センター ＜開催場所＞阿蘇保健福祉センター 申し込みTEL 32-1127	
7月19日	安心して生活できる 住宅整備について
9月下旬	世代を超えた交流 ～高齢者と子どものポルカ～
11月下旬	生活リハビリと介護方法の実践
1月下旬	認知症シリーズ 「家族・地域住民への理解」
3月下旬	認知症シリーズ「安心して 生活ができる環境をつくる」

●阿蘇在宅生活支援センター ＜開催場所＞波野保健福祉センター 申し込みTEL 24-2088	
8月下旬	高齢者のお口のケアについて
10月下旬	権利擁護事業、成年後見制度について
12月下旬	介護用品に触れてみよう、出前講座
2月下旬	高齢者に適したバランスの良い食事

●阿蘇みやま荘在宅生活支援センター ＜開催場所＞阿蘇みやま荘 申し込みTEL 34-1876	
7月25日	食と歯の健康について考える
8月中旬	高齢者・障害者疑似体験「老化 や障害による不自由さを体験」
10月中旬	すっきりさわやかトイレまわり 講座
11月中旬	最新の福祉介護機器を見学・体 験してみよう
1月中旬	遺言書を書いてみよう

●一の宮在宅生活支援センター ＜開催場所＞あそん里・一の宮高齢者教育センター ・古城公民館・中通公民館 申し込みTEL 22-5151	
7月28日	悪徳商法から高齢者を守る講座
8月下旬	認知症の理解と対応
9月下旬	介護にやさしい住宅改修
10月下旬	高齢者とのコミュニケーションに ついて
11月下旬	高齢者疑似体験と屋外での介護技 術について
12月下旬	高齢者のための食生活
1月下旬	目指せ8020！口腔ケアについて
2月下旬	在宅高齢者の安全管理と救急方法
3月下旬	住み慣れた阿蘇市で生活し続けよ う講座「市の福祉制度」

注) 定員になり次第申し込みを締め切らせていただきますのでお早めどうぞ



昨年は教室を計14回開催し、好評で728人の参加がありました。今年も多くのご参加お待ちしております。

▲昨年12月行われた九州看護福祉大学の永田先生による認知症についての講座のようすです。

