



Health 保健だより

水沢保健センター(☎②4511)、江刺総合支所健康増進課(☎⑤2111)、前沢総合支所健康福祉課(☎④3501)、健康増進プラザ悠悠館(☎⑥2977)、衣川総合支所健康福祉課(☎⑤3800)

生活習慣病の予防を目的とした 5つの健（検）診が始まります

市が行う特定健康診査

国民健康保険に加入している40歳から74歳までの人を対象とした健診です。ことしの4月1日時点で国民健康保険に加入している人に通知しています。社会保険など、国保以外の医療保険に加入している人（扶養されている人も含む）は、勤務先へお問い合わせください。

長寿健康診査

75歳以上の人と、65歳以上で後期高齢者医療保険の加入者が対象です。生活習慣病を見つけることを目的とした健診です。で、糖尿病など生活習慣病で現在服薬治療中の人は、受診する必要があります。

一般健康診査

30歳と35歳の人、医療保険に加入していない40歳以上の人を対象とした健診です。30歳と35歳の人は、加入している医療保険に關係なく受診することができます。

ただし、市が実施する人間ドックと重複して受診することはできませんので、注意してください。

生活機能評価を実施します

介護保険の要介護や要支援の認定を受けていない65歳以上の人（21年4月1日時点）を対象に、生活機能評価を行います。これは、体の衰えを早期に発見し、介護予防に取り組むための

◆8月以降に始まる成人健（検）診一覧表

健（検）診名	期 間	実施場所	自己負担金
特定健康診査			40歳～69歳 2,000円 70歳～74歳 1,000円
長寿健康診査	8月1日～10月31日	市内の指定医療機関（9ページ） ※衣川区のみ集団検診あり	1,000円
一般健康診査			2,000円
肝炎ウイルス検診	9月1日～30日		1,200円
骨粗しょう症予防検診	8月1日～10月31日	市内の指定医療機関（9ページ）	1,000円

特定健康診査と長寿健康診査は保険の資格確認を行いますので、必ず「受診票」と「健康保険証」をお持ちください。

ものです。
特定健康診査や一般健康診査と併せて行いますので、受診する際は、生活機能評価のための基本チェックリストも忘れずにお持ちください。

8月以降に始まる2つの検診

健康診査のほかに、骨粗しょう症予防検診を8月から、肝炎ウイルス検診を9月から実施します。

腸管出血性大腸菌（O157など）の 予防に努めましょう

市内で腸管出血性大腸菌感染症（O157）が発生しています。O157に感染すると、腸管からの出血や尿毒症を引き起こし、命にかかわる場合もあります。予防のため次のことに注意してください。もしも、激しい腹痛や下痢（血便）などの症状が現れたら、すぐに医師の診察を受けましょう。

【予防のための注意事項】

●井戸水の衛生管理（井戸水を飲料水として使用する場合は、煮沸してから飲んでください。年1回以上、保健所の水質検査を受けましょう）
●調理の時、食事前、トイレの

後は手をよく洗う

●野菜は流水でよく洗い、肉などは火を十分に通す（O157は75度以上の温度で1分以上加熱すると死滅します）

●調理器具・食器などは十分に洗浄後、熱湯で消毒し、乾燥させる（生肉や魚などが触れたまな板、包丁を洗わずに、野菜や果物を切ることはやめましょう）

●調理した食品は早めに食べる（冷蔵庫で保存する場合も、過信してはいけません）

■問い合わせ 奥州保健所（☎②2861、②2831）

8月 成人健（検）診日程

●水沢区

【乳がん検診】（9:30～10:30、13:00～14:00）

①日㊦～③日㊦…水沢保健センター

【胃がん・大腸がん検診】（6:30～9:00）

②4日㊦…希望の園、②5日㊦…佐倉河公民館

②6日㊦…②7日㊦…真城公民館、②8日㊦…姉体公民館

●江刺区

【肺がん検診・結核健康診断】

③日㊦・④日㊦・⑥日㊦・②4日㊦・②7日㊦・③1日㊦

※時間・会場はお問い合わせください

●前沢区

【肺がん検診・結核健康診断】

②日㊦～⑤日㊦・⑦日㊦・⑩日㊦・⑪日㊦

※時間・会場はお問い合わせください

●胆沢区

【乳がん・子宮がん検診】（9:30～10:30、13:00～14:00）

②4日㊦～②6日㊦・②8日㊦・③0日㊦…健康増進プラザ悠悠館

【胃がん・大腸がん検診】（6:30～9:00）

②8日㊦…南都田体育館

●衣川区

【肺がん検診・結核健康診断】

⑤日㊦～⑦日㊦・⑩日㊦・⑪日㊦

※時間・会場はお問い合わせください

●全区対象

【成人歯科健康診査（要予約）】 ⑩月まで 市内指定医療機関

【子宮がん検診（個別）】 ⑩月まで 市内産婦人科医療機関

◆指定医療機関

【水沢区】あてるい整形外科クリニック、姉体診療所、石川内科循環器クリニック、石川病院、内科板倉医院、胃腸クリニック、井筒医院、いとう内科医院、奥州病院、及川産婦人科医院、おとし消化器科整形外科、マタニティクリニック小見産婦人科、かとう肛門科外科医院、亀井内科消化器クリニック、菅野内科医院、木村医院、木村外科内科クリニック、今野脳神経外科内科医院、桜井医院、佐藤整形外科医院、さとう内科クリニック、産科婦人科麻酔科清水医院、真城医院、鈴木内科消化器科クリニック、武田整形外科医院、谷口内科医院、胆江病院、千田整形外科クリニック、とみた脳神経外科耳鼻咽喉科医院、野呂外科泌尿器科医院、花山内科クリニック、ひばりが丘内科クリニック、平間産婦人科、星が丘沢田医院、本田胃腸科内科外科、美山病院、ヨシザワ病院、総合水沢病院

【江刺】伊藤内科医院、及川整形外科クリニック、柏木医院、菊地内科胃腸科こどもクリニック、関谷医院、たかはし内科医院、玉澤リハビリ整形外科、滝田医院、ひらた外科内科クリニック、県立江刺病院、伊手診療所、大田代診療所、梁川診療所、米里診療所

【前沢】美希病院、下河辺胃腸科クリニック、たかはし内科胃腸科クリニック、古城診療所、前沢診療所

【胆沢】小山診療所、見分森・丸田クリニック、まごころ病院

【衣川】衣川診療所

※おぎの整形外科、県立胆沢病院、さとう整形外科・リウマチクリニックは、「骨粗しょう症予防検診」のみ実施