

集団健(検)診のお知らせ

問合せ/仙北市保健課
☎ 43-2252

健(検)診を受けることで、病気早期発見と治療につなげることができます。5月に各世帯へ郵送している「令和3年度 各種健(検)診受診券」と「仙北市 健診ガイド」で、対象の健(検)診をご確認のうえ、健診会場へお越しください。



次の方は健(検)診料金が無料です
▶ 仙北市国民健康保険被保険者
▶ 後期高齢者医療被保険者 ▶ 年度年齢70歳以上の方 ▶ 生活保護受給者(緊急時医療依頼書をご提示ください) ▶ 社会保険で世帯全員が市民税非課税の方(市・県民税世帯証明書をご提示ください)

今回は田沢湖・西木地区の日程です。角館地区は広報8月1日号18ページをご覧ください。

会場の密集を避け、滞在時間の短縮を図るため、対象地区ごとに受付時間を決めてありますので、受付時間を守ってお越しください。都合により、決められた日時に来られない場合は保健課までご連絡ください。

田沢湖・西木地区の日程表 ▶ 場所/日にちによって異なります ▶ 持ち物/健康保険証、受診券

日程	場所	受付時間① 13:00～13:30	受付時間② 13:40～14:10	受付時間③ 14:20～14:50
田沢湖地区				
8月24日(火)	田沢湖 総合開発 センター	春山、石神1・2、 田子ノ木、大沢	造道、山居1・2	中生保内上・下
8月25日(水)		武蔵野上1、滝沢団地	武蔵野上2・3-1	武蔵野上3-2・3-3、武蔵野上4
8月26日(木)		武蔵野下1・2	武蔵野下3、武蔵野下4-1	武蔵野下4-2・4-3、武蔵野下5
8月27日(金)		栄町、新町営住宅、 大杉沢団地1	大杉沢団地2、仙岩団地、 柳沢団地	男坂上1・2、男坂下1・2・3
8月30日(月)		駅前、浮世坂団地、横町	宿北、宿南、野中団地、久保1・2	沼田、手倉野1・2
8月31日(火)		相内端、野村1・2、田向	赤石、堂田、四十程、船場	刺巻、明平
9月1日(水)	田沢交流 センター	鑑畑、坂下、打野、 谷地村、大山	西村、見付田、仲村、 前通、銅屋、先達	高原、水沢、高野、小先達
9月2日(木)	神代市民 体育館	城廻1・2、本町	羽根ヶ台、熊野林、田中	太田、中関、六丁野
9月3日(金)		赤平、下道、七ツ関、 院内上・下、鎌川上	鎌川下、国館上・下、 野中清水1・2	柏林、上生田
9月6日(月)		中生田、下生田、神代中央通	荒川尻1・2、 下荒川尻、生田松原	上森越1・2・3、下森越1・2
9月7日(火)		上谷地川、下谷地川、手習石、 東田・大船	出口、柴倉、上真崎野、上卒田、 下卒田、職員住宅、新卒田	真崎
9月8日(水)	荒町1・2・3・4、大荒田	黒倉、抱返り、戸狩野	大石野、中野、わらび座1	
西木地区				
9月9日(木)	紙風船館	戸沢上・下、鳥屋森、坂本、桁沢	中泊・寺村、比内沢	宮田、浦子内上、堀内、三共
9月10日(金)	西木 コミュ ニティ センター (旧西木 保健 センター)	湯尻、湯野、十二峠、 佐曾田、堂村上・下	荒町上・中・下、鎌足、八津	小山寺、小沢口、堀之内西・東、 林崎、小原木、石川原、 高野上・下、外谷地
9月13日(月)		上門屋上・下、屋敷田、 道目木、漆原	入江、六本杉上・下	古堀田、下橋元、 中組、寺村、西野
9月14日(火)		小白川、袖野、山崎	小沢野、宮田上・下、後川、落合	西荒井上・下、 ニュータウン塚野腰
9月15日(水)	吉田 体育館	上中里、中里、小滝、小波内	吉田	相内湯、相内上・下、 松葉上・中・下
9月16日(木)		橋掛通り、高屋	畑中、山口一・二・三	長戸呂上・下、下田、木田・相沢、 久保、大台野、大台野開

シリーズ～第2期けんこう仙北21計画 重点分野 健康管理～

2022年までに目指す指標
仙北市の特定健診の受診率
目標値 40%
(2018年仙北市の現状 35.3%)

自分の健康状態を確認しましょう！

健診を受けましょう！

仙北市の主要死因は、悪性新生物(がん)、心疾患、脳血管疾患という生活習慣病の割合が高くなっています。生活習慣病の多くは、偏った生活習慣の積み重ねが要因となり引き起こされるため、食生活や運動習慣などを通して日頃から予防に努めると同時に、定期的に健診を受けて生活習慣病になるリスクが高くなっていないか、ご自分の身体のことを振り返ることが必要です。

健診を受けたら…

健診の結果で「要受診(受診が必要です)」と診断された場合は、速やかに医療機関を受診し、適切な治療を受けましょう。早期に治療することで、重症化を防ぎ、身体への負担軽減、医療機関にかかる時間や医療費の削減にもつながります。

この機会に受診しましょう

現在、仙北市では集団健診が行われています。集団健診の日程では都合がつかない、かかりつけの医療機関で健診を受けたいという方は、医療機関での特定健診、後期高齢者健診を受けることもできますので、受診したい医療機関へお問い合わせください。

問合せ/仙北市保健課 ☎ 43-2252

通院している方も健診を忘れずに

持病があり「通院先で診てもらっているから健診を受ける必要がない」という人もいますが、ほかの病気が潜んでいる場合もありますので、通院中でも健診を受けることをおすすめします。

オレンジカフェが再開しました！

仙北市内では、5か所でオレンジカフェ(総称)が毎月1回開催されています。オレンジカフェは、厚生労働省が進めている認知症施策の一つで、認知症の人も家族も地域の人も誰でも気軽に交流することのできる集いの場です。また、認知症に関する相談にも応じることができますので、気軽に参加してスタッフに声をかけてください。



開催内容の詳細/直接カフェにお問い合わせください
その他の問合せ/仙北市包括支援センター ☎ 43-2283

8月の開催予定

カフェの名称	主催者	場所	開催日・時間	個人負担	連絡先
下延オレンジ カフェの会	藤原律子	下延コミュニティセンター	8月17日(火) 14:00～16:00	100円	55-5449
たんぼぼカフェ	佐々木恵	角館郵便局	8月18日(水) 14:00～16:00	なし	52-2540
ささえ愛カフェ	清水佳奈子	デイサービスセンターささえ愛	8月22日(日) 9:30～11:30	100円	42-8666
こみっとカフェ	松館文子	NPO 法人かじか瀬スペース	8月25日(水) 10:00～12:00	300円	080-3198-4136 ※初めてのの方は事前にご連絡ください。
オレンジカフェ ひまわり	長澤早恵	グループホームひまわり 地域交流室	毎月第3土曜日 ※8月はチラシ配布のみ 14:00～16:00	100円	55-5272

〈参加される方へのお願い〉▶ 基本的感染対策のため、参加する前には、体温測定、健康チェック ▶ 発熱または風邪の症状がある場合は無理せず自宅で療養を ▶ カフェに入る際には、マスクの着用、手指消毒 ▶ ほかの方と十分な距離を取りましょう

オレンジカフェに お手伝いしてみませんか

認知症サポーターやキャラバンメイト、せんぼく地域かがやき隊の皆さままで、カフェのお手伝いに参加をご希望される方は、仙北市包括支援センターまでご連絡ください。