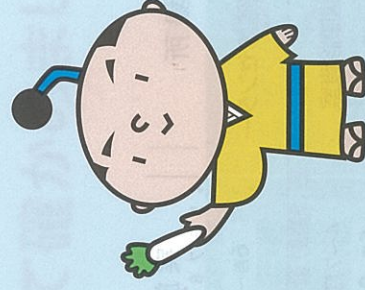
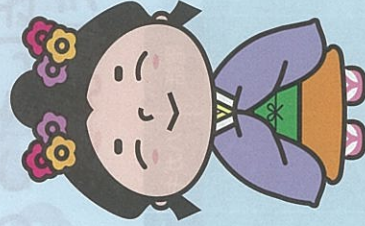


体に きじゅ!!



練馬区

なんともなくめんどくさい。たぶん大丈夫だろう。そんな理由で健診を受けないのは、非常にもったいないでござる。

早く発見すれば治る病気なのに、とりかえしのつかないことになったら、後悔するのは自分なのじゃぞ。練馬区の健診は、こんなに**リーズナブルで充実**しているのに。健康こそが生活の基盤。そのために大切なのは何よりも「受診しようと思う気持ち」、そして「実践すること」ではないかな。

自分の体は自分で守る。明るい未来は「体にまじめ」な人にこそやってくださるのでござる。

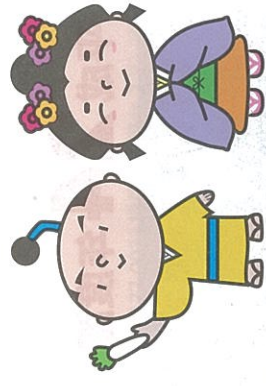
今年度から変わりました!

- 1. 区が実施する健康診査では、40歳以上の方に胸部エックス線検査を行います。**
65歳以上の方を対象に実施していた胸部エックス線検査は、対象の年齢を拡大し、40歳以上の方に実施します。(一部自己負担金をお支払いいただきます。)
- 2. 健康診査として実施していた生活機能評価の実施方法が変わります。**
65歳以上で対象となる方に実施していた「生活機能評価健康診査」は、実施方法が変わります。健康診査としてではなく、新たに生活機能の状況を確認する書類「健康長寿チェックシート」を、健(検)診の案内とは別の封筒でお送りします。
その結果、必要な方には健康長寿事業(介護予防事業)をご案内します。
ご不明な点は、高齢社会対策課介護予防係 ☎5984-4596にお問い合わせください。
- 3. 大腸がん・子宮がん・乳がん検診の無料クーポン券をお送りします。**
がん検診の無料クーポン券に、新たに大腸がん検診が加わりました。対象となる方に5月下旬に無料クーポン券を郵送します。
◎大腸がん検診・・・平成24年4月1日現在、40・45・50・55・60歳の区民
◎子宮がん検診・・・平成24年4月1日現在、20・25・30・35・40歳の女性区民
◎乳がん検診・・・平成24年4月1日現在、40・45・50・55・60歳の女性区民
※子宮がん、乳がん検診の無料クーポン券は、平成23年度未受診の方に郵送します。

STEP 1

年齢別に受診できる 健(検)診を確かめましょう。

対象年齢は、平成25年3月31日現在の年齢です。



20~29 歳の方	30~39 歳の方	40~74 歳の方	75 歳の方	76 歳以上の方
健康診査				
	30 30歳代健康診査 昭和48年4月1日 から昭和58年3月 31日までに生まれ た方	国保 練馬区国民健康保険 特定健康診査 特定保健指導 練馬区国民健康保険加入の 40歳~74歳(昭和13年4月 1日から昭和48年3月31日生 まれ)の方	75 75歳健康診査 75歳 (昭和12年4月1日 から昭和13年3月 31日生まれ)の方	後期高齢者 健康診査 後期高齢者 医療被保険者証を お持ちの方
未 医療保険未加入者健康診査 40歳以上で生活保護受給中の方 または中国・韓文残留邦人の方				

がん検診	
子宮がん検診 20歳以上で23年度に受診していない方 女性のみ	胃がん検診 30歳以上の方
大腸がん検診 30歳以上の方	乳がん検診 40歳以上で23年度に受診していない方 女性のみ
肺がん検診 40歳以上の方	前立腺がん 検診 60・65歳の方 男性のみ



肝炎・眼科・歯科	
肝炎ウイルス検診 30歳以上でこれまでに受診したことがない方	眼科(緑内障等) 健康診査 50・55・60・65歳の方
成人歯科健康診査 30・40・45・50・60・ 70歳の方	妊婦歯科健康診査 妊娠中の方(母子健康手帳をお持ちの方) 女性のみ

STEP 2 対象の健(検)診内容について確かめましょう。

STEP 3 申込方法にそって受診しましょう。

事業名	内容	自己負担金	実施場所	実施期間	申込方法	電話	ハガキ	インターネット
30代健康診査	問診、身体計測(腹囲計測を含む)、理学的検査(視診、聴診等)、検尿、血圧測定、血液検査、心電図など。 一般胸部エックス線検査 ※40歳以上の方 眼底検査 ※前年度健康診査結果により医師が判断	300円	健康診査室・医療健診センター	6月~11月	案内をご覧のうえ、専用申込ハガキまたは練馬区医師会ホームページより申込み		○	○
練馬区国民健康保険 特定健康診査 特定保健指導	一般胸部エックス線検査 ※40歳以上の方 眼底検査 ※前年度健康診査結果により医師が判断	300円 一般胸部エックス線検査も併せて実施 +200円	40~64歳 健康診査室 65~74歳 医療健診センター 協力医療機関	4~7月生まれの方 6月~9月 8~11月生まれの方 7月~10月	健康診査室・医療健診センターの場合 受診券到着後、専用申込ハガキまたは練馬区医師会ホームページより申込み		○	○
75歳健康診査	※練馬区国民健康保険特定健康診査で、メタボリックシンドロームの可能性が高い方(40~74歳まで)には、医師や保健師などによる特定保健指導を行います。(74歳までの医療保険未加入者健康診査を受診した方にも同様の指導を行います。)	無料	協力医療機関	12~3月生まれの方 8月~11月	協力医療機関の場合 受診券到着後、直接医療機関に申込み		○	○
後期高齢者健康診査								
医療保険未加入者健康診査								
胃がん検診	問診、胃部エックス線撮影 ※食道撮影は行いません ※バリウムを飲みます	400円	健康診査室・医療健診センター・各保健相談所	通年	案内をご覧のうえ、専用申込ハガキまたは練馬区医師会ホームページより申込み		○	○
肺がん検診	問診、胸部エックス線撮影 ※必要な方に喀痰細胞診検査も併せて実施	300円 胸部エックス線のみ +300円 喀痰細胞診検査も併せて実施	健康診査室・医療健診センター 協力医療機関	6月~3月 6月~11月	案内をご覧のうえ、専用申込ハガキまたは練馬区医師会ホームページより申込み		○	○
大腸がん検診	問診、便潜血反応検査(便自宅採取、2日法)	100円	協力医療機関	6月~3月	直接医療機関に申込み		○	○
前立腺がん検診	問診、PSA検査(血液採取・腫瘍マーカー)	300円	健康診査室・医療健診センター 協力医療機関	6月~3月 (健康診査室は11月まで) 6月~11月	30歳代・練馬区国民健康診査と同時に申込み 直接医療機関に申込み		○	○
子宮がん検診	問診、視診、内診、頸部細胞診検査 ※医師が必要と判断し本人が同意した場合は体部細胞診検査も併せて実施	700円 頸部細胞診検査のみ +300円 体部細胞診検査も併せて実施	区内および中野区内の協力医療機関	通年	案内をご覧のうえ、専用申込ハガキまたは練馬区医師会ホームページより申込み		○	○
乳がん検診	問診、視触診、マンモグラフィ(乳房エックス線撮影)検査	900円	協力医療機関・医療健診センター	通年	案内をご覧のうえ、専用申込ハガキまたは練馬区医師会ホームページより申込み		○	○
肝炎・ウイルス検診	血液検査(B型・C型肝炎ウイルス)	無料	健康診査室・医療健診センター 協力医療機関	6月~3月 (健康診査室は11月まで) 6月~11月	練馬区医師会医療健診センターに電話で申込み 練馬区国民健康診査・後期高齢者・75歳・医療保険未加入者健康診査と同時に申込み		○	○
眼科(緑内障等)健康診査	問診、屈折検査、矯正検査、眼圧検査、眼底検査など	900円	指定眼科専門医療機関	6月~11月	直接、指定眼科専門医療機関に申込み		○	○
成人歯科健康診査	問診、口腔(ごうこう)内診査、歯みがき指導など	500円	協力歯科医療機関	通年	直接、協力歯科医療機関に申込み		○	○
妊婦歯科健康診査		無料					○	○

受診券および案内について

区が実施する健康診査の対象となる方には、受診券およびがん検診の案内を誕生日に送ってお送りします。(30歳代の方は案内のみ送付します。)

健康診査の対象となる方

- 4~7月生まれ >>> 5月下旬発送
- 8~11月生まれ >>> 6月下旬発送
- 12~3月生まれ >>> 7月下旬発送

健康診査の対象とならない方は、がん検診の案内のみを誕生日に送付してお送りします。

健康診査の対象とならない方

- 4~9月生まれ >>> 8月下旬発送
- 10~3月生まれ >>> 9月下旬発送

注1 健(検)診の種類によって、申込み期限が異なります。ご注意ください。

注2 自己負担金は、75歳以上の方は無料です。自己負担金が免除になる方は申請が必要です。詳しくは「平成24年度練馬区健康診査等に係る自己負担金について」をご覧ください。

注3 ①「30歳代健康診査等のご案内」、②「がん検診のご案内」、③「練馬区健康診査・がん検診実施医療機関等一覧表」、④「歯科健診実施会場一覧表」は、保健相談所、区民事務所(練馬を除く)、出張所、健康推進課で配付し、区のホームページにも掲載しています。

※③のみ6月から配付します。