

特定健診のお知らせ

2016年11月号

健診すずめ通信

秋 健診

／ 受けてや〜！！ ／

「健診すずめ」キャラクター すずめスズメ © 尼崎市

集団健診は事前予約が便利！詳しくは裏面をご覧ください！

健診
受付時間

本庁南館で実施の場合 午前8時～午前11時

本庁以外で実施の場合 午前9時30分～午前11時

※出前健診の日は受付時間が異なる場合がありますのでご注意ください。

マーク：予約できません。直接会場にお越しください。 マーク：レディース健診デーです。

マーク：健診と同時に「もの忘れチェック」を行っています。

マーク：ローソン店舗での実施日 プランパン＋グリーンスムージー半額券プレゼント 先着30名
(予約者優先／当日 健診実施店舗のみ有効)

マーク：ローソンイベント健診の日 グリーンスムージー半額券プレゼント 先着50名(当日、コラポ店のみの有効)

医療機関や保健所でも受診できます！詳しくはHPへ

健診と同時に「大腸がん検診」(注)「肝炎ウイルス検査」 「肺がん(胸部)検診」を行っています。
ただし「乳」マークのついた健診会場では乳がん検診を行っています。

ただし「肺」マークのついた健診会場では肺がん(胸部)検診はありません。

(注) 受診の5日前(土・日・祝日を除く)までに申込すれば大腸がん検診の検査キット送付します。

【申込先】フリーダイヤル 0120-552-363

○がん検診の受診には別途自己負担が必要です。

詳しくはホームページ「健診すずめ通信」、尼崎市コールセンターでご確認ください。

※会場の追加や変更がある場合があります。市報・ホームページ

「健診すずめ通信」、尼崎市コールセンターでご確認ください。

11月

集団健診スケジュール

日にち	健診会場	住所
11月12日(土)	ローソン尼崎猪名寺二丁目店	猪名寺2丁目17-15
11月13日(日)	女性センタートレビエ	南武庫之荘3-36-1
	ローソン尼崎大庄西町二丁目店	大庄西町2丁目22-38
11月14日(月)	立花公民館	塚口町3-39-7
11月15日(火)	武庫公民館	武庫之荘8-1-1
11月16日(水)	本庁	尼崎市役所本庁舎南館1F
11月17日(木)	ハーティ21	南塚口町4-4-8 1F ハーティホール
	中小企業センター	昭和通2-6-68
11月18日(金)	大庄地区会館	菜切山町16-1
11月19日(土)	武庫地区会館	常吉1-2-8
	ローソン尼崎次屋三丁目店	次屋3-151
11月21日(月)	さんさんタウン	南塚口町2-1 2番館4F コミュニティホール
11月22日(火)	本庁で「スワンスワン相談(禁煙相談)」を実施中！	
	ハーティ21	南塚口町4-4-8 1F ハーティホール
11月24日(木)	小田地区会館	長洲本通1-15-38
11月25日(金)	園田地区会館	東園田町4-12-4
11月26日(土)	本庁	尼崎市役所本庁舎南館1F
	ローソン尼崎富松町三丁目店	富松町3丁目23-12
11月27日(日)	本庁	尼崎市役所本庁舎南館1F
	ローソン尼崎北大物店	北大物町16-20
11月28日(月)	武庫地区会館	常吉1-2-8
	ハーティ21	南塚口町4-4-8 1F ハーティホール
11月29日(火)	立花地区会館	大西町1-14-5
	園田公民館	食満2-1-1
11月30日(水)	大庄地区会館	菜切山町16-1
	小田公民館	潮江1-11-1

つづきの日程は最終面をご覧ください

回覧

尼崎市国民健康保険加入の方・
後期高齢者医療保険加入の方

尼崎市コールセンター

☎ 06-6375-5639

受付：【月～金】午前8時30分～午後7時
【土・日・祝】午前9時～午後5時

全国健康保険協会(協会けんぽ)加入の方

全国健康保険協会兵庫支部

☎ 078-252-8705

受付：【月～金】午前8時30分～午後5時15分
※土・日・祝は受付していません。

がん検診に関するお問い合わせ

尼崎市保健所

☎ 06-4869-3016

受付：【月～金】午前9時～午後5時30分
※土・日・祝は受付していません。

健診に関する
お問い合わせ先

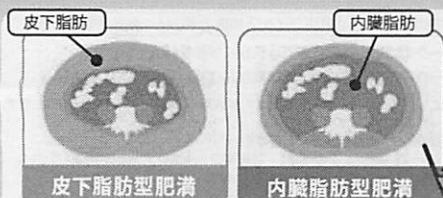
健康のために、野菜を中心とした食事と、適度な運動をこころがけましょう。

カラダの変化は、年に一度の健診でチェック！



尼崎市だけの健診!! 内臓脂肪面積測定 やってます!!

肥満には
2つのタイプがあります!



内臓脂肪型肥満は、皮下脂肪型肥満より高血糖や脂質異常、高血圧などを招きやすく心筋梗塞や脳卒中などを引き起こすリスクが高くなることがわかっています。



内臓脂肪面積が
100cm²以上あると
内臓脂肪型肥満と
いわれます。

健診にプラス

見た目ではわからない...

『内臓脂肪面積』を
測ってみませんか?

- 費用** 尼崎市国保加入の
40歳以上は無料
(その他の方は300円)
- 場所** すべての集団健診会場で
- 申込** 当日、会場で申し込んでください
- 予約不要**

※ ベースメーカー装着中の方はご遠慮ください

認知症予防は今の“もの忘れ度”を知ることから!

『もの忘れチェック』～認知症予防事業～



で何今
す日日
か?は

新事業

健診にプラス!

内容 30項目をチェックします 所要時間15分程度

費用 無料

場所 健診日程表に **も** 印の記載のある 集団健診会場で

申込方法 ①『もの忘れチェック』を実施している健診会場で申し出る

② 電話で予約 ☎ 06-6489-6797

(尼崎市健康支援推進担当)

日にち	会場
11月25日(金)	園田地区会館
11月27日(日)	本庁
11月28日(月)	武庫地区会館
11月30日(水)	大庄地区会館
12月11日(日)	立花公民館
12月13日(火)	本庁
12月19日(月)	本庁

結果をもとに進行を防ぐ方法についての健康相談を行います。

禁煙したい!! と考えてる人、気軽にご相談ください!

『スワンスワン相談』～禁煙支援事業～

- 内容**
- ① 呼吸機能検査(スパイロメーター)
 - ② ニコチン依存度チェック
 - ③ 禁煙相談

費用 無料

場所 市役所本庁で

申込方法 ① 健診会場で申し出る

② 電話で予約 ☎ 06-6489-6797

(尼崎市健康支援推進担当)

実施日 毎月22日(完全予約制)



この機会に
やめようと
思ってます

一緒になって
考えましょう!

やめたいって考えてる人は
喫煙者の中で3割以上いるらしいで



検査結果をもとに禁煙の方法についての健康相談を行います。



健診と一緒にがん検診も受けましょう!!

新

『乳がん検診』が『集団健診』で受診できるようになりました!

対象者

市内在住の満40歳以上で、
4月1日現在偶数年齢の
女性が対象者です

特定健診といっしょに受診をお願いします。

実施場所は
市役所本庁

マンモグラフィ
(検診車)
+ 触診

レディース健診デイ
だから快適

スタッフは
女性中心
※

プライバシーに
十分に配慮

安心して
受診できる!

子育て中の
方も大丈夫

託児スペース
を設置!



※乳がん診療医とマンモグラフィ撮影技師は女性

実施日 11/26 (土) 12/4 (日) ・9 (金) ・12 (月) 完全予約制 健診予約 ☎ 0120-552-363 (電話予約のみ)

(13:00~16:00)

受診の5日前(土・日・祝日を除く)までに申込すれば
大腸がん検診の検査キットをお送りします。

検体は、集団健診会場にて、費用とともにお渡ください。
※医療機関で特定健診を受けられるとき、大腸がん検診の検体を提出
できるのは大腸がん検診を実施している医療機関になります。

【健診の申込先】
フリーダイヤル
0120-552-363

各検診の自己負担額一覧			胃がん	大腸がん	子宮頸がん	乳がん	肺がん	肝炎ウイルス
同時に実施できるがん検診			40歳以上	40歳以上	20歳以上（※1）	40歳以上（※1）	40歳以上	40歳以上（※2）
特定健診実施会場	集団健診	自己負担額	健診会場によって実施できる検診が異なります。					
			—	900円	—	2,200円	300円	600円
	医療機関		医療機関によって実施できる検診が異なります。					
			2,700円	900円	1,500円	2,200円	—	600円
	尼崎市保健所		予約制です。特定健診の予約時にあわせて予約してください。					
			800円	900円	—	—	300円	600円

●各検査の自己負担額は、市民税非課税世帯に属する方は無料となりますが、事前の手続きが必要です。

詳細は尼崎市保健所まで

☎ 06-4869-3016

※1 子宮頸がん検診、乳がん検診については、2年に1回の受診になります。4月1日現在、偶数年齢の方が対象です。※2 肝炎ウイルス検診については、40歳以上の方で、肝炎ウイルス検査未受診の方が対象となります。

女性
限定

レディース健診デイ

11/13 (日)・26 (土) | 12/4 (日)・9 (金)・12 (月)

(13:00~16:00)

※集団健診スケジュールの◎マークをご確認ください。

女性だけの受診日、「レディース健診デイ」を設定しています。「レディース健診デイ」はスタッフも女性中心です。(一部男性の技師が入る場合もあります)
子育て中の方も安心して受診できる無料の
保育スペースもご活用ください。(要予約)

無料の保育スペース付!

レディース
健診の
ご予約

☎ 0120-552-363

【月~土】時間:午前10時~午後5時(日曜日・祝日を除く)

【要予約】
保育スペース
ご予約

☎ 06-6345-7050

【月~日・祝】時間:午前9時~午後7時

健診結果の提出を
お願いします。



「病院などで、検査(健診)を受けたので、
今年の健診は受診しない」

という方は、健診結果の提出をお願いします。

○健診結果を提出していただくと、今年の健診を受けたことになります。

詳しくは健康支援推進担当へお問合せください。電話番号 Tel06-6489-6797

12月

集
団
健
診
ス
ケ
ジ
ュ
ー
ル

日にち	健診会場	住所
12月1日(木)	ハーティ21	南塚口町4-4-8 1F ハーティホール
12月3日(土)	本庁	尼崎市役所本庁舎南館1F
	園田地区会館	東園田町4-12-4
12月4日(日)	本庁 (乳)	尼崎市役所本庁舎南館1F
	カーム尼崎健診プラザ	御園町54
12月6日(火)	園田公民館	食満2-1-1
12月7日(水)	ハーティ21	南塚口町4-4-8 1F ハーティホール
12月9日(金)	本庁 午前 8:00-11:00	尼崎市役所本庁舎南館1F
	本庁 (乳) 午後 13:00-16:00	尼崎市役所本庁舎南館1F
	武庫公民館 (乳)	武庫之荘8-1-1
12月10日(土)	本庁	尼崎市役所本庁舎南館1F
	(出前) 戸ノ内コミュニティ会館	戸ノ内町3-8-12
12月11日(日)	立花公民館 (乳)	塚口町3-39-7
12月12日(月)	本庁 (乳)	尼崎市役所本庁舎南館1F
	園田地区会館	東園田町4-12-4
12月13日(火)	本庁 (乳)	尼崎市役所本庁舎南館1F
	大庄公民館	大庄西町3-6-14
12月14日(水)	さんさんタウン (乳)	南塚口町2-1 2番館4F コミュニティホール
	女性センタートレピエ	南武庫之荘3-36-1
12月16日(金)	中小企業センター (乳)	昭和通2-6-68
12月17日(土)	ハーティ21	南塚口町4-4-8 1F ハーティホール
12月18日(日)	本庁	尼崎市役所本庁舎南館1F
12月19日(月)	本庁 (乳)	尼崎市役所本庁舎南館1F
12月20日(火)	小田公民館 (乳)	潮江1-11-1
12月22日(木)	本庁で「スワンスワン相談(禁煙相談)」を実施中!	



自分の健診の受け方をチェック。

「年齢」と「ご加入の保険」によって料金や持ち物が変わります。
 受診日と受診場所を決めたら、予約するか、集団健診の場合は直接会場へ。

年 齢	費 用	受診に必要なもの
16～22 歳	無 料	保 険 証
23～39 歳	1,000 円	保 険 証
40～74 歳	尼崎市国保に加入の方	無 料
	協会けんぽに加入の方 (被扶養者のみ)	無 料
	その他の保険に加入の方	受診券に記載の費用を ご確認ください
75 歳以上	無 料	保 険 証



予約していけば、待ち時間を
短縮して受診できます。

※予約なしでも受診は可能です。
 ※ご予約は、受診日の前々日(土・日・祝を含まない)まで
 ただし、一部予約の出来ない会場があります。(直接会場へお越しください)

尼
崎
市
内
の

1 ホームページで予約

<http://amakensin.jp>

健診すずめ通信



2 電話で予約

☎ 0120-552-363

【月～土】
 時間：午前 10 時～午後 5 時
 (日曜日・祝日を除く)

3 FAXで予約

FAX.06-6481-1409

氏名、生年月日、住所、電話番号、FAX 番号、
 メールアドレス、受診希望日時、受診希望
 会場をご記入の上、FAX ください。受付内容
 をFAXもしくはメールで返信します。

4 ローソンで予約

予約の際は、店員さんに声を
かけてください。

尼崎市指定ゴミ袋を
プレゼントします。

45ℓ
X
5 枚入り