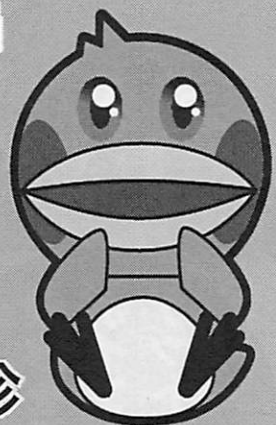


健診のお知らせ
2015年8月号

健診すずめ通信



「健診すずめ」キャラクター
すずめスズメ © 尼崎市

急ごう! 今年の健診
スケジュール
8・9月までの**決定!!**

尼崎市
未来いまカラダ
ポイント

尼崎市民限定!

対象健診

毎年の人も、時々の人、初めての人も

健診を受けて、ポイントをとめよう

集団健診は事前予約が便利! 詳しくは左面をご覧ください

尼崎市未来いまカラダポイントの詳細は中面をご覧ください

受診に必要なもの 被保険者証 & 受診券 費用 無料 (23~39歳は1,000円) 詳細は左面をご覧ください

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

このマークのついた会場は予約できません。 イベント健診実施しています! このマークのついた会場では、受診の方各日 先着50名様に「ローソン」よりプランパンをプレゼント

※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。

健診スケジュール

健診で300ポイント付与します

日にち	健診会場	地区	住所	日にち	健診会場	地区	住所
8月1土	小田公民館 武庫地区会館	小田 武庫	潮江1-11-1-101 常吉1-2-8	20木	小田公民館	小田	潮江1-11-1-101
2日	本庁	本庁	尼崎市役所本庁舎南館1F	22土	大庄地区会館 園田公民館	大庄 園田	菜切山町16-1 食満2-1-1
3月	園田地区会館	園田	東園田町4-12-4	23日	本庁	本庁	尼崎市役所本庁舎南館1F
4火	立花地区会館	立花	大西町1-14-5	24月	ハーティ21 小田公民館	ハーティ 小田	南塚口町4-4-8 1Fハーティホール 潮江1-11-1-101
5水	中小企業センター	中央	昭和通2-6-68	26水	立花公民館 武庫公民館	立花 武庫	塚口町3-39-7 武庫之荘8-1-1
7金	さんさんタウン	立花	南塚口町2-1 2番館4Fコミュニティホール	27木	大庄公民館	大庄	大庄西町3-6-14
8土	小田地区会館 園田地区会館	小田 園田	長洲本通1-15-38 東園田町4-12-4	28金	中小企業センター さんさんタウン	中央 立花	昭和通2-6-68 南塚口町2-1 2番館4Fコミュニティホール
9日	カーム尼崎健診プラザ	中央	御園町54	29土	本庁	本庁	尼崎市役所本庁舎南館1F
10月	ハーティ21	ハーティ	南塚口町4-4-8 1Fハーティホール	30日	本庁 カーム尼崎健診プラザ	本庁 中央	尼崎市役所本庁舎南館1F 御園町54
11火	園田地区会館	園田	東園田町4-12-4	31月	(出前)立花グリーンハイツ集会所 (14:30~16:00) ハーティ21 園田公民館	中央 ハーティ 園田	東難波町1-1 南塚口町4-4-8 1Fハーティホール 食満2-1-1
12水	小田公民館	小田	潮江1-11-1-101				
17月	武庫公民館	武庫	武庫之荘8-1-1				
18火	園田地区会館	園田	東園田町4-12-4				
19水	女性センターレビエ	武庫	南武庫之荘3-36-1				
日にち	健診会場	地区	住所	日にち	健診会場	地区	住所
1火	本庁	本庁	尼崎市役所本庁舎南館1F	11金	ハーティ21	ハーティ	南塚口町4-4-8 1Fハーティホール
2水	(出前)宮ノ北団地集会所	武庫	西見陽3-32-32	13日	(出前)中後福祉会館 (10:00~12:00)	小田	杭瀬本町3-5-32
5土	本庁	本庁	尼崎市役所本庁舎南館1F	22火	(たちはな祭り・出前)園田学園女子大学 (10:00~12:00, 13:00~15:00)	立花	南塚口町7-29-1
6日	カーム尼崎健診プラザ	中央	御園町54	26土	(出前)立花センチュリーホール	立花	立花町3丁目10
7月	ハーティ21	ハーティ	南塚口町4-4-8 1Fハーティホール				
8火	本庁	本庁	尼崎市役所本庁舎南館1F				

平成27年4~6月にすでに健診・保健指導を受けた人、医療機関や尼崎市保健所で健診を受けられた方にもポイントをお渡しします。ご希望の方は、尼崎市未来いまカラダ協議会(電話:06-6458-4626)まで電話いただければ、健診等の受診が確認出来次第、ご自宅に郵送します。もしくは、平成27年度の健診結果を健康支援推進担当までお持ちいただきましたら、その場でお渡しします。

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

06-6375-5639
(尼崎市コールセンター)

【月~金】午前8時30分~午後7時
【土・日・祝】午前9時~午後5時

全国健康保険協会加入の方
(協会けんぽ)

078-252-8705
(全国健康保険協会兵庫支部)

【月~金】午前8時30分~午後5時15分
※土・日・祝は受付しておりません

がん検診に関するお問い合わせ

06-4869-3016
(尼崎市保健所)

【月~金】午前9時~午後5時30分
※土・日・祝は受付しておりません

健診に関する
お問い合わせ先

回覧

筋肉量
!?



集団健診で手足の筋肉量も測定しておこう!

昨年の結果では、男性の6~7人に1人、女性の12人に1人が筋肉が減少している「サルコペニア」の疑いがあることが分かりました。

「サルコペニア肥満」とは

筋肉が減少することと肥満が合併した状態のことです。サルコペニア肥満になると、骨折や寝たきりになる危険性が増えると言われています。

将来介護が必要な生活にならないために、ご自身だけでなくご家族や知人の方にもぜひおすすめください。

受診を希望される方は、
当日受付で申し出てください

自己負担額 **200円**

健診と一緒に実施できる がん検診について

各検診の自己負担額一覧

大腸がん検診を希望される場合は、健診会場の受付で申し出てください。

検査キットと案内パンフレットをお渡しします。費用は、検体の提供時にお支払いください。

- がん検診を受けられる医療機関は、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。
- 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**



同時に実施できるがん検診		胃がん	大腸がん	子宮頸がん	乳がん	肺	肝炎ウイルス
対象		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)
自己負担額							
健診会場によって実施できる検査が異なります。							
集団健診	40~64歳		900円			300円	600円
	65歳以上		400円			100円	300円
医療機関によって実施できる検診が異なります。							
医療機関	64歳まで	2,700円	900円	1,500円	2,200円		600円
	65歳以上	1,100円	400円	600円	800円		300円
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。							
尼崎市保健所	64歳まで	800円	900円			300円	600円
	65歳以上	400円	400円			100円	300円

※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 ♪ レディース健診デー

集団健診スケジュールの
♡マークをご確認ください。

8月28日(金)
さんさんタウン

女性だけの受診日、「レディース健診デー」を設定しています。

「レディース健診デー」はスタッフも全員女性です。(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

【要予約】保育スペースのご予約

☎ **0120-552-363**

☎ **06-6345-7050**

[月~土]時間:午前10時~午後5時(日曜日・祝日を除く)

[月~日・祝]時間:午前9時~午後7時

1000ポイントを1000円分の商品に引き換え
できるのは、平成28年3月31日までです。

ポイントを効果的に
ためるには、
早めの健診受診が
おトクです!!



●健診の費用と受診に必要なもの

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	保険証 ・ 受診券
	協会けんぽに加入の方(被扶養者のみ) ▶ 無 料(一部会場では有料)	
	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

今年度40歳以上で平成27年4月1日現在尼崎市国民健康保険に加入の方、もしくは、75歳以上の方は医療機関や保健所でも健診を受診できます。

III 予 集 約 団 方 健 法 診

※ご予約は、
受診の
前々日まで
(土・日・祝を含みません)

1 ホームページで予約

<http://amakensin.jp>

健診すずめ通信

検 索

3 郵送・FAXで予約

〒660-8501 尼崎市東七松町1-23-1
尼崎市市民協働局市民サービス部 健康支援推進担当
FAXで **06-6481-1409**

※ご予約は、受診の前々日(土・日・祝を含みません)必需
尼崎市内ローソンに設置されている送付用封筒(切手不要)を使えばとても便利です。

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)

4 尼崎市内のローソンで予約

店頭で
予約した方に
もれなく

尼崎市指定
ゴミ袋
45L
5枚を
プレゼント!

予約の際は、
店員さんに声を
かけてください!

