



健診を受けましょう



☎【特定健診・人間ドック・特定保健指導】国保医療課 ☎(235)4594
 【後期高齢者健診】国保医療課 ☎(235)4595
 【若い世代の健康診断・がん検診など】健康推進課 ☎(235)7880

日本人の死亡原因の約5割を占める生活習慣病は、ほとんど自覚症状がないまま進行します。年に1回健診を受け、病気の早期発見と早期治療につなげましょう。受診希望者は、直接医療機関に申し込んでください。特定健診と後期高齢者健診の対象者には、5月下旬に書類を発送します。詳細は、市ホームページをご覧ください。

国民健康保険加入者

特定健診または人間ドックのどちらかを受けることができます。

40歳以上対象 特定健診

期6月1日(休)～令和6年3月31日(日)☎身体測定(身長・体重・腹囲)、血圧、血液検査、胸部X線、心電図など☎無料☎未受診の場合、市が受診を勧めることがあります

35歳以上対象 人間ドック

今年度の受検費用の一部を助成します。受検前に必要検査項目や必要書類を確認してください。必要検査項目などの詳細は、国保医療課へ問い合わせまたは市ホームページをご覧ください。

☎受検後に必要書類を直接国保医療課へ。用紙は市ホームページからダウンロード可

通知が届いた方対象

特定保健指導(からだ改善セミナー)

特定健診または人間ドックの結果に基づいて対象者へ通知し、保健師や管理栄養士が生活習慣の改善に向けたサポートを行います。

☎無料

特定健診との組み合わせでお得に

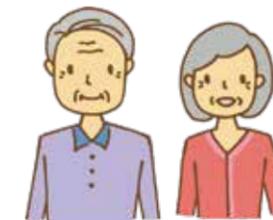
大腸がん・前立腺がん検診は特定健診と同時に受診すると自己負担額が安くなります。詳細は、健康推進課へお問い合わせください。

後期高齢者医療制度加入者

後期高齢者健診

受診期間・検査項目は、特定健診と同じです。保健師や管理栄養士などが、健康相談の案内や訪問によるサポートを行うことがあります。

☎無料



18歳～39歳の方

若い世代の健康診断

将来の生活習慣病予防のため、積極的に受診しましょう。期令和6年3月31日(日)まで☎市内在住で、令和6年3月31日時点で18歳～39歳の方☎問診・計測・診察・採血・尿検査・腎機能検査など☎1,500円(生活保護受給者は受給者証の提示、非課税世帯の人は事前申請により無料)☎指定医療機関などの詳細は、市ホームページをご覧ください



若い世代の健康診断案内ページ

健康講座

☎健康推進課 ☎(235)7880

出張健康教室「早めの対策！夏バテ・熱中症予防」

製薬会社の視点から、熱中症や夏バテしにくい体づくりについて話します。

☎6月13日(火)10時～11時30分☎大谷コミセン
 ☎市内在住・在勤の方☎13人☎費300円(食料代)☎食生活改善推進団体えびな会☎6月6日(火)締め切り☎他駐車場の利用は有料です
 ☎め切り



フレイル予防料理教室

講話と調理実習をします。

☎6月16日(金)9時45分～12時☎場えびな市民活動センタービナレッジ☎市内在住・在勤の方☎13人☎費300円(食料代)☎食生活改善推進団体えびな会☎6月6日(火)締め切り☎他駐車場の利用は有料です

かんたん料理教室「アブラと上手につき合うために」

講話と調理実習を通して、日常生活でコレステロールや中性脂肪をコントロールする方法を学びます。

☎6月27日(火)10時～12時30分☎場中新田コミセン
 ☎市内在住・在勤の方☎13人☎費300円(食料代)
 ☎6月16日(金)締め切り



共通事項

☎5月17日(水)から、電話または直接健康推進課へ
 ☎他応募多数の場合は抽選

新型コロナウイルス感染症 関連情報

5類感染症へ移行 コロナ対応が変わります

新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置付けが5類に移行したことに伴い、対応が変わります。

感染したときの主な変更点

- ・外出などの制限なし
- ・患者登録・健康観察などが不要
- ・治療費が一部自己負担

感染症対策は引き続き有効です

特に重症化リスクが高い人への感染防止対策は重要です。医療機関への受診時や面会時、高齢者施設などへの訪問時は対策をしましょう。



手洗い



咳エチケット



場面に応じたマスク



換気



体調不良時はセルフテスト

発熱などの症状に関する相談

えびな24時間健康相談ダイヤル

☎0800(300)7925 (フリーダイヤル)
 ☎24時間☎市内在住の方

神奈川県新型コロナウイルス感染症専用ダイヤル

☎0570(056)774
 ☎24時間

ワクチン接種に関する相談

海老名市新型コロナウイルスワクチン接種専用ダイヤル

☎0570(097)050(ナビダイヤル)
 ☎9時～17時(土(日)祝除く)