

令和6年度

保存版

しかおい健康ガイド

大人編



～健康は、家族みんなの宝物～

～定期的な健診（検診）・予防接種で守ろう自分の健康～

健康づくりのためには、「健康的な生活習慣」と「健診（検診）・予防接種の受診」の両方が大切です。

このガイドでは、鹿追町で実施している健診（検診）および大人の予防接種を紹介していますので、受診にご活用ください。

なお、詳細については、広報で随時お知らせします。

【お問合せ】 鹿追町役場 保健福祉課 健康推進係
（鹿追町東町4丁目2番地1 鹿追町トリムセンター内）
電話 0156-66-4037

しかおい健康ガイド（大人編） 目次

健診（検診）の種類について	1 ページ
令和 6 年度変更となること	2 ページ
健康ポイント事業のご案内	3 ページ
国保特定健診	4 ページ
基本健診	5 ページ
人間ドック（鹿追町国民健康保険病院）	5 ページ
がん検診	
（胃・肺・大腸・前立腺・乳・子宮がん検診）	6～8 ページ
肝炎検診	9 ページ
エキノコックス症検診	9 ページ
骨粗しょう症検診	10 ページ
結核検診	10 ページ
ピロリ菌検査	11 ページ
歯科検診	11 ページ
脳ドック検診	12 ページ
PET がん検診	12 ページ
大人の予防接種	13～14 ページ
（高齢者肺炎球菌、インフルエンザ、風しん第 5 期）	
健康に関する相談窓口	14 ページ

鹿追町では、健診（検診）料金の一部を補助しています。なお、健康ガイド内に記載している料金は補助後の自己負担額（料金）です。受けやすい機会に、ぜひご受診ください。

健診（検診）の種類について

健診と検診の違いとは ※本ガイドでは、まとめて「健診」と表記しています。

健診～健康診断の略で、健康かどうかを判定するものです。

検診～特定の病気を探すために行う検査のことです。

健診（検診）には、

各医療機関で実施する**個別健診**
トリムセンターで実施する**集団健診**

があります。



個別健診で受けられる内容 ※**各医療機関**で行います

- | | | |
|------------|--------------|----------|
| ・ 特定健診 | ・ がん検診（乳・子宮） | |
| ・ 人間ドック | ・ 骨粗しょう症検診 | ・ 結核検診 |
| ・ ピロリ菌検査 | ・ 歯科検診 | ・ 脳ドック検診 |
| ・ PET がん検診 | ・ エキノコックス症検診 | |

集団健診で受けられる内容 ※**トリムセンター**で行います

- | | |
|--------------|-------------------------|
| ・ 特定健診（基本健診） | ・ がん検診（胃・肺・大腸・前立腺・乳・子宮） |
| ・ 肝炎検診 | ・ エキノコックス症検診 |

令和6年度から変更となること

変更事項	内 容
集団健診における骨粗しょう症検診の廃止	町が集団健診を委託している帯広厚生病院の都合により、集団健診で受けられなくなりました。鹿追町国民健康保険病院（個別健診）では引き続き通年で受けられます。
一部健診で WEB 予約を開始	一部の健診において、WEB 予約を開始します。詳しくは、今後広報や mishika 等でお知らせする各健診案内をご確認ください。

～次ページより健診の内容をご紹介します～

- ★ご紹介する健診の他に、ご加入の健康保険者や事業所（職場）により健診を受診できる機会がある場合がございますので、各自お問合せください。
- ★各健診は、年度内に1度のみ受診いただけます（脳ドック検診は隔年受診）。
- ★生活保護を受けている方は、各健診を無料で受けられます（脳ドック検診・PETがん検診を除く）。
- ★この健康ガイドに載っている情報は、令和6年3月現在の情報です。健診等の内容に変更があった場合、随時広報等でお知らせします。
- ★この健康ガイドでは、「国民健康保険」を「国保」、「社会保険」を「社保」と表記しています。



★健康ポイント事業のご案内



健康ポイント事業とは	<p>各種健診や健康に関する活動などの参加者に、健康ポイントを贈呈しています。健康ポイントカードに500ポイント貯まると、500円分の商品券と交換できます。職場や町が実施する健診を受け、受診したことがわかるもの（健診結果・領収書）をトリムセンターへ提出すると、300ポイント付与されます。なお、健康ポイントに有効期限はありません。</p> <p>対象事業に参加し、健康とポイントを手に入れましょう！</p>	
対象者	20歳以上の町民	
ポイント貯めるには	<p>①参加申し込みを行う 申込書に必要事項を記入し、トリムセンターで参加申し込みを行い、健康ポイントカードを受け取ります（申込書はトリムセンターにあります）。</p> <p>②事業に参加する 下記の「ポイントの対象となる事業」に参加し、カードにポイントを入れてもらいます。ポイントの後付けはできませんので、ご注意ください。※医療機関で健診を受けた方は、健診結果や領収書を持参のうえトリムセンターへ来所してください。</p> <p>③ポイントが貯まったら交換する ポイントが500ポイント貯まったら、カードを持参し商工会へ行き、商品券と引き換えます。カードに「満点」と表示されましたら、トリムセンター等で新しいカードを受け取ります。</p>	
<p>ポイントの対象となる事業</p> <p>※300・100ポイントの事業は、それぞれ年度内に1回のみ付与します。</p>	300ポイント	<ul style="list-style-type: none"> 各種健診（特定健診、基本健診、各種がん検診、脳ドック検診、PETがん検診、肝炎検診、エキノコックス症検診、結核検診、人間ドック、職場健診など）
	100ポイント	<ul style="list-style-type: none"> 歯科検診（町が実施する歯科検診） 健診結果説明会（町、農協の集団健診後）
	50ポイント	<ul style="list-style-type: none"> 認知症サポーター養成講座
	30ポイント	<ul style="list-style-type: none"> 高齢者スポーツ大会 ゲートボール大会 健康講話、介護予防講話、健康づくりや介護予防に関する研修会
	10ポイント	<ul style="list-style-type: none"> 食改の例会、学習会 栄養教室 老人会（ポイント管理できるもの） 日曜クラブ、りぼんクラブ 認知症カフェ 介護者家族交流会
	5ポイント	<ul style="list-style-type: none"> ふれあい給食・からだすっきり体操教室（旧シルバー体操教室）
	2ポイント	<ul style="list-style-type: none"> トリムセンターフィットネス室利用
	1ポイント	<ul style="list-style-type: none"> トリムセンター来館者
申込・問合せ先	保健福祉課 健康推進係（電話：66-4037）	

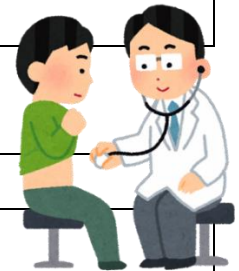


まずは、トリムセンターで健康ポイントカードを受け取りましょう！

★国保特定健診

※社保ご加入の方は、各健康保険者・事業所等へお問合せください。

特定健診とは	生活習慣病（糖尿病、高血圧など）を予防・早期発見するための健診です。医療機関に通院中の方も対象になります。対象の方は、年に1度必ず受診しましょう。
対象者	鹿追町国保に加入されている40～74歳の町民 (年度内に40歳になる方も対象です)
自己負担額	2,000円 ※人間ドックの場合はドック料金に含まれます。
健診内容	身体計測、血圧測定、診察、血液検査（脂質・血糖・肝機能）、尿検査 ※集団健診を受けると、詳細項目（心電図・眼底・貧血・クレアチニン検査）が無料で追加となります。
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・事業所により、下記のほかに特定健診を受診できる機会がある場合がありますので、各自お問合せください。 ・受診時に、保健福祉課より送付される<u>ピンク色</u>の特定健診受診券をご持参ください（5月郵送予定）。 ・通院結果を保健福祉課へ提出することで、特定健診を受けたこととみなす制度がありますので、保健福祉課までご相談ください。 ・特定健診は下記のほか、脳ドック・PETがん検診でも同時に受けられます。詳しくは12ページをご覧ください。



個別健診で受ける

実施時期	通年実施
実施場所	<ul style="list-style-type: none"> ●個別受診 ・ 鹿追町国民健康保険病院 ●人間ドック ・ 鹿追町国民健康保険病院 ※5ページ参照
申込先	医療機関へ直接お申込・お問合せください。 ・ 鹿追町国民健康保険病院（電話：66-2031）

集団健診で受ける

実施時期	<ul style="list-style-type: none"> ●いきいき総合健診（委託先：帯広厚生病院） 令和6年6月20日（木）、21日（金） 令和7年1月16日（木）、17日（金）
実施場所	鹿追町トリムセンター
申込先	保健福祉課 健康推進係（電話：66-4037）



★基本健診（集団健診のみ）

基本健診とは	検査内容は特定健診と同じです（詳細項目を除く）。
対象者	39歳以下、75歳以上の町民
自己負担額	39歳以下：2,000円　75歳以上 400円
実施時期	●いきいき総合健診（委託先：帯広厚生病院） 令和6年6月20日（木）、21日（金） 令和7年1月16日（木）、17日（金）
実施場所	鹿追町トリムセンター（委託先：帯広厚生病院）
健診内容	身体計測、血圧測定、診察、血液検査（脂質・血糖・肝機能）、尿検査
申込先	保健福祉課 健康推進係（電話：66-4037）
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・各健康保険者・事業所等により、ほかに基本健診を受診できる機会がある場合がありますので、各自お問合せください。 ・75歳以上の方は、下記のほか、脳ドック・PETがん検診でも基本健診を同時に受けられます。詳しくは12ページをご覧ください。

★人間ドック（鹿追町国民健康保険病院）



人間ドックとは	人間ドックでは、身体の状態を総合的に確認し、病気の早期発見・早期治療に結びつけます。
対象者	30歳以上の町民
健診内容	<p>身体測定、血圧測定、尿検査、血液検査（貧血検査、肝臓機能検査、腎機能検査、脂質検査、糖尿病検査など）、心電図検査、眼底検査、聴力検査、胃がん検診（バリウム検査・胃カメラ検査）、肺がん検診・呼吸器検査（胸部レントゲン）、大腸がん検診（便潜血検査）、腹部超音波検査</p> <p>※初めて人間ドックを受診される方は、感染症(肝炎ウイルス)検査も併せて行います。</p> <p>その他オプション検査も実施しております。</p> <p>血圧脈波検査(A B I)・肺機能検査(スパイロメーター検査)・呼気CO<一酸化炭素>濃度測定検査・前立腺がん検診など</p>
自己負担額	30～74歳：10,000円　75歳以上：3,000円 ※健診内容により料金が変わる場合があるため、下記申込先までお問合せください。
実施時期	通年実施
実施場所・申込先	鹿追町国民健康保険病院（電話：66-2031）

★がん検診

下記のとおり各種がん検診を実施します。

がんの早期発見のために、定期的に受診しましょう。



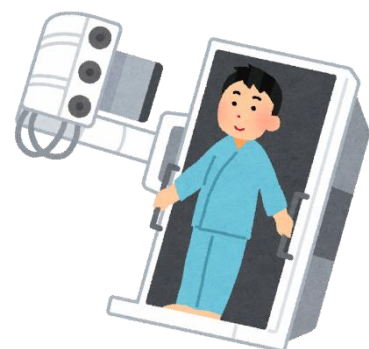
種類	検診項目	町の対象者	国が勧める受診年齢・間隔
胃がん	バリウム・胃カメラ	30 歳以上	40 歳以上、2 年に 1 回
肺がん	胸部 X 線検査（レントゲン）		40 歳以上、1 年に 1 回
大腸がん	便潜血検査		
乳がん	マンモグラフィ・ 超音波検査（エコー）	35 歳以上 の女性	40 歳以上の女性、 2 年に 1 回
子宮がん	子宮頸部・超音波検査・ HPV 検査・(必要時) 子宮体部	20 歳以上 の女性	20 歳以上の女性、 2 年に 1 回 ※国の指針により変更となる 可能性があります
前立腺がん	血液検査	50 歳以上 の男性	指針に記載なし

★各がん検診は毎年受診できます

☆胃・肺・大腸・前立腺がん検診

※社保ご加入の方は、各健康保険者・事業所等へお問合せください。

実施時期	●いきいき総合健診（委託先：帯広厚生病院） 令和 6 年 6 月 20 日（木）、21 日（金） 令和 7 年 1 月 16 日（木）、17 日（金）
自己負担額	<ul style="list-style-type: none"> ・胃がん 30～69 歳：2,500 円 70 歳以上：750 円 ・肺がん 30～69 歳： 590 円 70 歳以上：200 円 ・大腸がん 30～69 歳： 400 円 70 歳以上：150 円 ・前立腺がん 50 歳以上：2,000 円
検診方法	胃がん：バリウム検査 大腸がん：便潜血検査 肺がん：胸部 X 線検査（レントゲン） 前立腺がん：血液検査
実施場所	鹿追町トリムセンター
申込先	保健福祉課 健康推進係（電話：66-4037）



☆乳がん検診 ★今年度 41 歳になる方に、無料クーポンがあります（個別郵送予定）。

個別健診で受ける（令和6年6月から）

実施時期	令和6年6月～令和7年3月			
	医療機関・電話番号など	料金		
		35～49歳	50～69歳	70歳以上
実施医療機関・予約先・自己負担額など	●帯広厚生病院 要予約 電話：0155-65-0101 受付時間：月～金 8:30～16:30（検診：月・水・金 午後のみ）	2,800円	2,400円	1,000円
	●帯広協会病院 要予約 電話：0155-22-6600 受付時間：月～金 8:30～11:00	2,300円	1,700円	1,000円
	●帯広第一病院 要予約 電話：0155-25-3121 受付時間：月～金、第2・4土 8:30～9:00	2,300円	1,700円	1,000円
	●北斗病院 要予約 電話：0155-47-7777 受付時間：月～金 9:00～16:00（要予約）	2,200円	2,200円	1,000円
	●上徳整形外科・乳腺外科 要予約 電話：0155-25-1255 受付時間：月・火・木・金、第1・3・5土 9:00～11:30、13:30～15:00（土曜は11:30まで）	2,300円	1,700円	1,000円
	●めぐみ乳腺クリニック 要予約 電話：0155-67-5027 受付時間：【月・水・木・第1・3・5週金 10:00～16:30】【火 10:00～12:00】【第2・4週金・第2・4土 10:00～13:00】	2,300円	1,700円	1,000円
	*帯広第一病院、北斗病院、上徳整形外科・乳腺外科、めぐみ乳腺クリニックについては、医師の判断や希望により超音波検査が加わる場合があります。			

集団健診で受ける

実施時期	●女性がん検診（委託先：北海道対がん協会 釧路がん検診センター） 令和6年11月25日（月）・26日（火）
自己負担額	・マンモグラフィ 35～49歳：2,000円 50～69歳：1,800円 70歳以上：1,000円 ・超音波検査 1,600円 ※35～49歳の希望者のみ（人数制限あり）。
実施場所	鹿追町トリムセンター
申込先	保健福祉課 健康推進係（電話：66-4037）

☆子宮がん検診 ★今年度 21 歳になる方に、無料クーポンがあります（個別郵送予定）。

個別健診で受ける（令和6年6月から）

実施時期	令和6年6月～令和7年3月 ※指定の曜日等があります。下記をご覧ください。
自己負担額	・頸部がん検診 20～69歳：2,300円 70歳以上：700円 ・子宮頸部・体部がん検診 20～69歳：3,700円（帯広厚生病院 3,900円） 70歳以上：1,000円
実施場所 ・予約先	●帯広厚生病院（電話：0155-65-0101） ・受付時間：月～金 8:00～11:00 ※2年以内に婦人科外来の受診歴があれば電話での予約可。それ以外の方は、直接受診し新患扱いとなります。 ●帯広協会病院（電話：0155-22-6600） <input type="checkbox"/> 要予約 ・受付時間：月～金 8:30～11:00 ●慶愛病院（電話：0155-22-4188） ・受付時間：月・水・金 8:30～11:00、13:30～16:00 火・木・土 8:30～11:00 ※予約不要のため直接ご受診ください。 ●慶愛女性クリニック（電話：0155-61-1155） <input type="checkbox"/> 要予約 ・受付時間：月～木 9:00～11:00、14:00～15:00 金 9:00～11:00 ※予約はWEB予約か予約専用ダイヤルからの受付となります。 ●坂野産科婦人科（電話：0155-26-1188） <input type="checkbox"/> 要予約 ・受付時間：月～金 9:00～12:00、14:00～17:00 第2、第4木・土 9:00～12:00 ●帯広レディースクリニック（電話：0155-22-3773） <input type="checkbox"/> 要予約 ・受付時間：月・火・水・金 9:00～11:30／14:00～16:30 木 9:00～11:30

集団健診で受ける

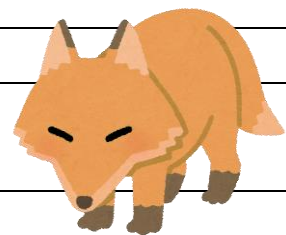
実施時期	●女性がん検診（委託先：北海道対がん協会 釧路がん検診センター） 令和6年11月26日（火）
自己負担額	・頸部がん検診 20～69歳：1,800円 70歳以上：500円 ・経膈超音波検査 希望者：1,100円 ・体部がん検診（50歳以上、医師の指示で） 800円 ・HPV検査 希望者（30歳以上の方にお勧めします）：1,600円 （HPV（ヒトパピローマウイルス）に感染しているかどうかを検査します）
実施場所	鹿追町トリムセンター
申込先	保健福祉課 健康推進係（電話：66-4037）

★肝炎検診

肝炎検診とは	B型・C型肝炎に感染しているか血液検査（抗体検査）で確認します。一度受けた後は、自覚症状があれば再度検査を受けることが大切です。
対象者	30歳以上の町民
実施時期	●いきいき総合健診（委託先：帯広厚生病院） 令和6年6月20日（木）、21日（金） 令和7年1月16日（木）、17日（金）
実施場所	鹿追町トリムセンター
自己負担額	30～69歳：1,300円　70歳以上：400円 ※肝炎検診は、特定健診（基本健診）を併せてお受けいただく必要があります。
申込先	保健福祉課 健康推進係（電話：66-4037）

★エキノコックス症検診

エキノコックス症検診とは	キツネなどの動物を介して、エキノコックスという寄生虫に感染していないか血液検査で確認します。予防・早期発見のため5年に1度検査しましょう。
対象者	小学3年生以上の町民



個別健診で受ける

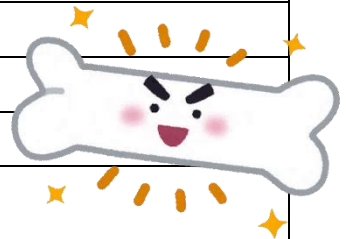
実施時期	通年実施
自己負担額	中学3年生以下：100円 高校1年生以上69歳以下：400円　70歳以上：100円
実施場所・申込先	鹿追町国民健康保険病院（電話：66-2031）

集団健診で受ける

実施時期	●いきいき総合健診（委託先：帯広厚生病院） 令和6年6月20日（木）、21日（金） 令和7年1月16日（木）、17日（金）
実施場所	鹿追町トリムセンター
自己負担額	30～69歳：500円　70歳以上：160円
申込先	保健福祉課 健康推進係（電話：66-4037）

★骨粗しょう症検診（個別健診のみ）

骨粗しょう症 検診について	骨粗しょう症は骨の中がスカスカになる病気で、骨がもろくなり、骨折しやすくなります。骨折は生活が制限され、特に高齢者では寝たきりになることがあります。一方、若い方でも運動不足や無理なダイエットなどによる骨粗しょう症が増えています。ぜひ一度検査を受けましょう。
対 象 者	町民のうち 30 歳以上の男性、18 歳以上の女性 ※ただし、既に骨粗しょう症治療中の方や妊娠中の方は対象となりません。 ※鹿追町国民健康保険病院が勧める方：60 歳以上の男性、50 歳以上の女性
実 施 時 期	通年実施
検 査 内 容	腕の骨量検査（前腕のレントゲン撮影）
自己負担額	69 歳以下：900 円 70 歳以上：200 円
実 施 場 所 ・ 申 込 先	鹿追町国民健康保険病院（電話：66-2031）



★結核検診（個別健診のみ）

結 核 検 診 に つ い て	結核は、結核菌が体内に入ることにより起こるもので、年間約 2 千人が命を落としている重大な病気です。万が一、結核と診断されても、きちんと薬を服用すれば治る病気です。特に、学校や職場で結核検診の機会がない方はこの機会に受診しましょう。
対 象 者	20 歳以上の町民 ※ただし、本年度既に胸部レントゲン撮影を受けた方は対象となりません。
実 施 時 期	通年実施
検 診 内 容	胸部のレントゲン撮影
自己負担額	64 歳以下：1500 円 65 歳以上：無料
実 施 場 所	鹿追町国民健康保険病院（電話：66-2031） ※事前の申込は不要です。病院受付で結核検診であることをお伝えください。

★ピロリ菌検査（個別健診のみ）

ピロリ菌検査について	検査を受けた方の3人に1人にピロリ菌が見つっています。ピロリ菌に感染していると、胃がんなどの病気になる可能性が高くなりますので、検査を受けたことのない方は、ぜひお受けください。
対象者	20歳以上の町民のうち検査を受けたことのない方
実施時期	通年実施
検診内容	便抗原検査
自己負担額	無料
申込先	保健福祉課 健康推進係（電話：66-4037）
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・申込された方に2週間以内に問診票・検査容器をご自宅に郵送します。採便後、速やかに問診票と検査容器を鹿追町国民健康保険病院までお届けください。後日、検査結果をご自宅に郵送されます。 ・検査後に陽性と判定された場合、除菌治療の費用に自己負担がかかりますが、年齢等により費用やその後の対応が異なるため、陽性と判定された方には、個別に除菌治療についてご案内します。

★歯科検診（個別健診のみ）

歯科検診とは	いつまでも自分の歯を保つためには、痛みがなくても定期的に歯科検診を受け、口の中の状態を確認し、早期に治療することが大切です。1年に1度受診しましょう。
対象者	20歳以上の町民
実施時期	通年実施
検診内容	問診、口腔内検査、その他ブラッシング等の指導
自己負担額	500円 ※妊婦の方は無料で受けられます。母子健康手帳発行時に受診票をお渡しします。
実施場所 ・申込先	鹿追東町歯科医院（電話：67-7100）



★脳ドック検診（個別健診のみ）

脳ドック検診とは	血液検査・尿検査・心電図・MRA・MRIなどの検査で、あらゆる角度から脳の健康を確認できます。
対象者	30歳以上の町民 ※ただし、2年に1度隔年での受診となります。
自己負担額・医療機関	① 北斗病院 59歳以下 13,300円 60歳以上 15,000円（認知症検査を併せて実施） ② 帯広厚生病院 30歳以上 15,000円 ③ 新得クリニック 30歳以上 8,000円
日時	医療機関により日程が異なります。詳細は広報チラシをご覧ください。 くか、下記問合せ先までお問合せください。
検診内容	血液検査、尿検査、心電図、MRA、MRIなど (医療機関によって検査内容の詳細が異なります。)
注意事項	① 下記に当てはまる方は受診できません 心臓ペースメーカーや埋め込み型除細動器、人工内耳、可動式義眼がある方●妊娠中または妊娠している可能性のある方●現在、脳の疾患で経過観察中または治療中の方●昨年度（令和5年度）に町の脳ドック検診を受けた方 ② 下記に当てはまる方は、MRI検査を受けられるか、主治医または手術を行った医療機関に確認してください。 人工関節・骨折部位の金属固定・動脈瘤クリップ・ステント・人工心臓弁などの手術をした方●磁石式入れ歯・インプラント・歯科矯正などで金属が入っている方●眼球への金属粉混入の可能性のある方。閉所恐怖症の方●眉やアイラインにアートメイクしている方。入れ墨のある方
予約・問合せ先	保健福祉課 健康推進係（電話：66-4037）

こちらから
予約できます

WEB予約



* 40歳～74歳で国保ご加入の方は、特定健診を同時に受診できます。

★PETがん検診（個別健診のみ）

PETがん検診とは	PETがん検診は、「陽電子放射断層撮影」を中心としたがん検診で、ごく小さながん細胞を見つけ出すことが可能です。また、生活習慣病についても検査が行えます。
対象者	20歳以上の町民
実施場所	北斗病院 検診センター（電話：0155-47-7777）
自己負担額	29歳以下：68,700円 30歳以上：55,000円
日時	受診日は、直接北斗病院検診センターへ連絡して決めていただきます。なお、事前に保健福祉課への受付が必要です。
検診内容	身体測定、血液検査、便潜血検査、腎機能検査、鉄欠乏性貧血検査、リウマチ関節炎検査、電解質検査、肝臓・すい臓機能検査、糖検査、心臓疾患・動脈硬化検査、尿検査、腫瘍マーカー、PET検査、US（超音波）検査、MRI検査、CT検査、ABC検診（胃がんリスク分類）※ ※ABC検診：採血によりヘリコバクター・ピロリ菌の抗体価検査、ペプシノゲン検査を組み合わせて、胃がんリスクをABCの3群に分類します。
予約・問合せ先	保健福祉課 健康推進係（電話：66-4037）

こちらから
申込できます

WEB申込



* 40歳～74歳で国保ご加入の方は、特定健診を同時に受診できます。

★大人の予防接種 【予防接種に関する問合せ先】
保健福祉課 健康推進係（電話：66-4037）



高齢者肺炎球菌の予防接種

肺炎球菌とは	主に気道の分泌物に含まれる細菌で、唾液などを通して飛沫感染し、気管支炎や肺炎、敗血症などの重い合併症を起こすことがあります。ワクチンを接種することで、肺炎球菌による肺炎が重くなることや死亡するリスクを軽減できます。
対象者	① 65歳の方 ② 60～64歳の方で、心臓、腎臓、呼吸器の機能の障がいまたはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障がい身体障害者手帳1級の交付を受けている方 ※予防接種法の規定により、これまでに肺炎球菌ワクチン（23価肺炎球菌莢膜ポリサッカライド）を1回でも受けたことがある方は定期接種の対象外です。
自己負担額	3,000円 ※生活保護を受けている方は無料。
接種期間	通年実施
実施場所 ・ 予約先	●鹿追町国民健康保険病院（電話：66-2031）

インフルエンザの予防接種

対象者	生後6か月以上の町民
自己負担額	●無料となる方 ①生後6か月から18歳（高校3年生）までの方 ② 65歳以上の方（接種当日までに誕生日を迎えられる方） ③ 60～64歳の方で、心臓、腎臓、呼吸器の機能の障がいまたはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障がい身体障害者手帳1級の交付を受けている方 ④妊婦 ⑤生活保護世帯の方 ●上記以外の方は、下記実施場所（医療機関）へお問合せください。 ※町外福祉施設などに入所中の方で接種希望の場合、自己負担が必要な場合がありますので、入所施設などにお問合せください。
接種期間	接種開始時期は広報等でお知らせします（10月開始予定）。
実施場所 ・ 申込先	●鹿追町国民健康保険病院（電話：66-2031） ※町外の医療機関は対象外となります。
その他	・接種の際に予診票が必要となります。予診票は上記実施場所およびトリムセンター・役場（戸籍窓口）・瓜幕支所に置いてあります。

風しんの第5期予防接種・抗体検査（男性）

風しんについて	現在、関東・東海地方において、30～50代の男性で風しんにかかる方が増えています。この世代の男性は、これまでに風しんの公的な予防接種の機会がなく、抗体を保有している人が少ない現状です。また妊婦が感染すると、先天性風しん症候群の子どもが生まれる可能性が高くなります。対象となる男性の方は、必ず抗体検査を行いましょう。
対象者	昭和37年4月2日から昭和54年4月1日までの間に生まれた男性 ※令和元～5年度に検査・接種を受けた方は対象外となります。
自己負担額	無料 ※抗体がなかった場合、予防接種を受けていただきますが、自己負担はありません。
接種期間	通年実施（令和7年3月31日まで）
実施場所・申込先	●鹿追町国民健康保険病院（電話：66-2031） ※町外医療機関での検査を希望される方は、厚生労働省ホームページに医療機関のリストが掲載されていますので、ご覧ください。
その他	・対象者のうち未受診の方へ、4～5月頃に無料クーポンを送付いたします。 ・令和6年度で本事業が終了となる予定です。早めの検査をご検討ください。

★健康に関する相談窓口

健康相談 （トリムセンター）	保健師・管理栄養士等が相談を受け付けています。事前に電話で予約いただくとスムーズです。 ●相談方法：トリムセンター来所、訪問、電話 ●日 時：随時（祝祭日を除く月～金曜日、8:30～17:15） ●連絡先：保健福祉課健康推進係（電話：66-4037）
こころの 相談専用電話 （帯広保健所）	帯広保健所の保健師が電話や面接による相談を受け付けています。 ●相談方法：保健所来所、訪問、電話 ●日 時：随時（祝祭日を除く月～金曜日、8:45～17:00） ●連絡先：こころの相談専用電話（電話：0155-21-9110）
精神科医に よる面接相談 （帯広保健所）	精神科医が相談に応じます。予約制です。事前に下記連絡先へ連絡してください。 ●相談方法：面接（帯広保健所または新得支所来所） ●日 時：毎月第2火曜・第3金曜日、13:30～15:30 ●連絡先：こころの相談専用電話（電話：0155-21-9110）
北海道いのち の電話	電話でこころの相談を受け付けています。 ●相談方法：電話（24時間対応） ※つながりにくい場合があります ●連絡先：北海道いのちの電話（電話：011-231-4343）

他にも電話やSNSでこころの相談が行える窓口があります。
QRコードからご確認ください。



厚労省ホームページ
（まろうよ こころ）

鹿追町国民健康保険にご加入の 40～74歳の皆様へ



特定健診を受けよう！

特定健診は、生活習慣病を予防するための健診です。
医療機関に通院している方も対象となりますので、年に1回必ず受診し、体の健康をチェックしましょう。
この健康ガイドでは、特定健診のほか鹿追町で実施している健診（検診）と予防接種を紹介していますので、受診にお役立てください。