

人間ドックの自己負担金を、最大11,000円助成します。健診よりも詳しい検査を希望する方は、ぜひ人間ドックをご利用ください。

対 象 者 国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入している方
※人間ドックを受診した場合、「特定健診」・「ぎふ・すこやか健診」を受診することはできません。

〈土岐市立総合病院・ききょうの丘健診プラザでの受診を希望する場合〉

申込方法 人間ドック申込書を4月に送付します。検査を希望する方は、申込書を市民課保険年金係または各支所へ提出（郵送可）してください。
（申込書は、市ホームページからもダウンロードできます。）

申込期限（当日の消印有効）

- ▶ 国民健康保険 5月10日(火)
- ▶ 後期高齢者医療制度 5月19日(木)

健診の区分・金額・定員

健診の区分	総合病院			ききょうの丘(国保のみ募集)
	自己負担額 ※助成後の金額	定員		自己負担額 ※助成後の金額
		国保	後期高齢	
半日ドック				
胃カメラ検査	23,100円	150人	50人	25,850円
胃バリウム検査	20,900円	240人	10人	20,350円
胃検査なし	10,340円	120人	30人	12,650円
脳ドック	28,710円	100人	60人	×

〈その他の医療機関での受診を希望する場合〉

受診費用の2分の1（上限11,000円、100円未満切捨て）を助成します。助成を受けるには申請が必要です。※受診機関では、10割自己負担での受診になります。

- ▶ 対象の要件
- ・検査の項目が、74歳以下の方は「特定健診」の項目を、75歳以上の方は「ぎふ・すこやか健診」の項目を満たすもの。
- ・令和4年4月～令和5年2月末までに受診されたもの。

▶ 申請の期限 令和5年3月末

※詳細は4月に送付する案内または市ホームページでご確認ください。

肝炎ウイルス検診

日時

- ▶ 6月2日(木) 午後1時15分～3時30分
- ▶ 6月24日(金) 午前9時～11時15分
- ▶ 7月4日(月) 午前9時～11時15分

場所 保健センター

対象 40歳以上で今までに病院や職場の検診でこの検査を受けたことのない方

料金 500円

申・問 希望する検診日の2日前までに保健センター（☎☎2010）へ申し込みください。

お達者教室「ハッピーヨガ」

イスとマットを使用し、ヨガのポーズも取り入れた、少しだけ強度が強いヨガの教室です。

期日 6月1日(水)から毎週水曜日(全4回)

時間 午前10時～11時30分

場所 妻木公民館

対象 65歳以上の方で、下石・妻木・鶴里地区在住の方
※医師から運動制限を受けていない方

講師 市川裕与氏（ヨガインストラクター）

定員 20人

持ち物 ヨガマット、水分補給のための飲み物

料金 無料

申・問 5月20日(金)までに西部地域包括支援センター（☎☎8100）へ申し込みください。



ときげんきプロジェクト info ヘルスアップ

健康生活にシフト

人生100年時代を
楽しみませんか？

市では、「ときげんきプロジェクト」として子どもからお年寄りまで元気に楽しく過ごすことができるよう、健康づくりのための取り組みをしています。
日頃の生活を少し変えるだけで、健康的な身体になり、元気な生活を長く送ることができます。できることから始めて、健康長寿を目指しましょう！

まずは健診を受けて、
自分の身体を知ろう

年に一度の健診は、健康づくりの基本です。加入している健康保険の健診を受診しましょう。

「元氣だから、まだいいか」「暇な時にいつか受けよう」ではあつという間に1年が過ぎてしまいます。健診受診の予定をたて、忘れずに受診しましょう。

市では、国民健康保険と後期高齢者医療制度に加入している方を対象に健診を実施します。

下の表の☒の付いている月に対象世帯・対象者へ案内を送付します。案内が届いたら、必ず確認してください。

問 市民課保険年金係（内線133）

令和4年度健診スケジュール（国民健康保険・後期高齢者医療制度）

健診の種類と対象者	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
特定健診 (国民健康保険)		✉	受診期間 ● 11月まで									
ぎふ・すこやか健診 (後期高齢者医療制度)						✉	受診期間 ● 1月まで					
ぎふ・さわやか口腔健診 (後期高齢者医療制度)		✉	受診期間 ● 1月まで									
人間ドック (国民健康保険・後期高齢者医療制度)		✉	受診期間 ● 3月まで									

※☒は案内文書の送付時期

※このスケジュールは、変更される場合があります。最新の情報は市ホームページでお知らせします。

各種健診のご案内

特定健診、ぎふ・すこやか健診

生活習慣病のリスクを早期発見し、予防・改善へとつなげる大切な健診です。

通常10,000円程度かかる健診を、お得に受診することができます。

対象者

- ▶ 特定健診 40歳～74歳の国民健康保険加入者
- ▶ ぎふ・すこやか健診 後期高齢者医療制度加入者

費用 500円

ぎふ・さわやか口腔健診

お口の健康は、体の健康に大きく影響します。入れ歯を使っている方も、そうでない方も、皆さん対象です。

年に1度はお口全体の健診を受けて、毎日を元気に暮らす土台をつくりましょう。

対象者 後期高齢者医療制度加入者

費用 300円

「人間ドック」のご案内は左ページにあります。