

## 特定健康診査を受診しましょう

問 健康推進課 ☎62-1235

宿毛市国民健康保険加入の皆さんに特定健康診査の受診勧奨を実施します。

健診は生活習慣病の発症予防・早期発見・重症化予防を目的としています。生活習慣病（糖尿病・高血圧・脂質異常症等）は自覚症状がなく進行し、心臓病や脳血管疾患を引き起こす可能性がありますので、**1年に1回、特定健康診査を受診しましょう。**

国民健康保険加入者の方が勤務先等で健診を受診される場合、結果票を健康推進課へ提出していただきますと、特定健康診査を受診したとみなすことができます。



※次に該当する方は、特定健診の対象となりませんので、受診勧奨ハガキ等が届いていましたら、お手数ですがご連絡ください。

- 刑事施設、労役場、その他これらに準ずる施設に拘禁されている人
- 病院に既に6カ月以上継続して入院している人
- 障害者支援施設（グループホーム含む）に入所している人
- 独立行政法人国立重度知的障害者総合施設のぞみの園の設置する施設に入所している人
- 特別養護老人ホームに入所している人
- 有料老人ホームに入所している人
- 介護老人保健施設に入所している人

## 胃がん検診を受けましょう

問 健康推進課 ☎62-1235

胃がんの罹患率は、年齢が高くなるほど増加する傾向にあり、肺がん・大腸がんに次いで死亡率が高いがんです。また、早い段階では自覚症状がほとんどなく、進行しても気付かないことがあります。

定期的な検診受診で早期発見・早期治療に努めましょう。

～検診受診までの流れ～

①健康推進課の窓口または電話、各支所で予約する。

※内視鏡検査を受診した場合、翌年は内視鏡検査・バリウム検査ともに受診できません。

### バリウム検査

- ②検診の一週間前に検診の日時が書かれた通知書が届く。
- ③通知書と検診料 600 円を持って会場へ。

### 内視鏡検査（2年に1回）

- ②後日、受診券が届く。
- ③対象の医療機関に電話し、日時を決める。
- ④受診券と検診料 3,500 円を持って医療機関へ。

## 災害時のペット飼育

問 健康推進課 ☎62-1235

### 災害発生時に飼い主が行うべき行動

災害時にペットを守れるのは飼い主だけです。ペットの健康と安全を守るためにも次のことを参考に事前に準備しましょう。

①ペットフードなどの避難用品を持って避難所に向かう



②ケージ（キャリー）を持って避難所に向かう

③避難所のルールに従って、飼い主が責任をもって世話をする

④ペットを車の中に残す場合は車内の温度に注意し十分な飲み水を用意する

⑤施設に預ける場合は期間や費用などを確認し、後でトラブルが生じないよう覚書などを取り交わす