

健康で七福を呼び込もう!

今こそ受けよう 特定健診

島根県では
2人に1人が
特定健診を受けて
います
(令和元年度受診率
57.3%※)

※島根県保険者協議会医療費等分析事業報告書より

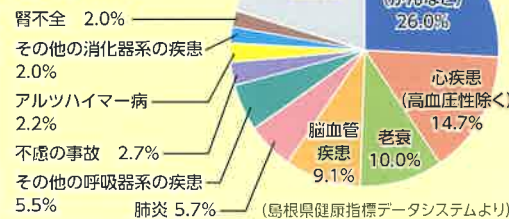
生活習慣病の予防は
新型コロナウイルス感染症に
備えることにもつながります!



いきいき人生は健康づくりから!

突然死や介護の原因となる心臓病や脳卒中。これら生活習慣病は自覚症状なく進行するため、予防には年に1度の健診が欠かせません。特定健康診査(特定健診)は、生活習慣病の前兆であるメタボリックシンドロームに着目し、改善のための支援を行うことを目的とした健診です。

2017年島根県における死因の状況



なぜ毎年健診を受けないといけないの?

- 理由①** 自分では異常に気づけない
生活習慣病は進行するまで症状がないことが多いので、気づかぬうちに悪化している場合も。
- 理由②** 早期発見・対処が一番時間もお金もかからない
症状が出てから対処すると、治療に時間もお金もかかります。異常を早期に見つけて生活習慣の改善により対処することが、一番時間もお金もかかりません。
- 理由③** 1年ごとの経年変化をみるのが大切
1年以上健診の間をあけると、早期発見の時期を過ぎてしまうおそれも。毎年受診することで体の変化がわかり、危険が予測しやすくなります。

生活習慣病はこう進む!

内臓脂肪が増える
小さな異常が生じる
小さな異常とは、血圧、血糖値の上昇や血中脂質の異常 など

小さな異常が続く
メタボリックシンドローム など

動脈硬化が進む

深刻な病気を発症

寝たきり・死亡

令和3年度 特定健診日程 期間中に必ず受診してください ※お問い合わせはご加入の各保険者まで(お手持ちの被保険者証に記載しております)

被用者保険	保険者名	実施期間	問い合わせ先	保険者名	実施期間	問い合わせ先
被用者保険	全国健康保険協会島根支部	4月1日~令和4年3月31日	0852-59-5204	地方職員共済組合島根県支部	5月~令和4年3月31日	0852-22-5027
	山陰合同銀行健康保険組合	5月中旬~12月31日	0852-55-1086	公立学校共済組合島根支部	6月~令和4年3月31日	0852-22-6615
	山陰自動車業健康保険組合	4月1日~12月31日	0852-61-5222	警察共済組合島根県支部	6月~12月31日	0852-26-0110
				島根県市町村職員共済組合	5月~令和4年3月31日	0852-21-9510

国民健康保険	保険者名	実施期間	問い合わせ先	保険者名	実施期間	問い合わせ先	保険者名	実施期間	問い合わせ先
国民健康保険	松江市	6月1日~10月31日	0852-60-8174	雲南市	6月1日~令和4年3月31日	0854-40-1095	吉賀町	6月29日~9月30日	0856-77-1165
	浜田市	6月1日~11月30日	0855-25-9410	奥出雲町	5月~令和4年3月31日	0854-54-2511	海士町	10月	08514-2-1821
	出雲市	7月1日~10月31日	0853-21-6979	飯南町	6月14日~9月4日	0854-72-1770	西ノ島町	6月2日~6月4日	08514-6-0103
	益田市	6月1日~12月7日	0856-31-0214	川本町	6月1日~令和4年3月31日	0855-72-0633	知夫村	5月30日~6月1日	08514-8-2211
	大田市	6月1日~12月31日	0854-83-8154	美郷町	7月19日~12月31日	0855-75-1932	隠岐の島町	6月1日~令和4年3月31日	08512-2-8560
	安来市	7月1日~11月30日	0854-23-3220	邑南町	6月~11月	0855-83-1123	島根県医師国保組合	7月1日~12月31日	0852-26-3100
	江津市	6月1日~10月31日	0855-52-7937	津和野町	6月1日~12月31日	0856-72-0651			

島根県保険者協議会

(島根県・国民健康保険・全国健康保険協会・健康保険組合・共済組合・後期高齢者医療広域連合)
(事務局:島根県・島根県国民健康保険団体連合会)

http://www.shimane-kokuho.or.jp/sd04_hokenshakyogikai/index.html

令和3年度 島根県内の検診車等による集団健診について

特定健診は、医療機関で受診できる個別健診のほか、お住まいの市町村で実施される**集団健診**があります。

集団健診と**各種がん検診をセット**で受けられる市町村もありますので、

この機会に両方受けて、健康寿命をさらに延ばしましょう!

がん検診には予約等が必要な場合もあります。詳細については市町村へご確認ください。

がんの“芽”も
チェック!



- 後期高齢者医療の被保険者の方は、お住まいの市町村(奥出雲町、川本町、美郷町、邑南町を除く)で受診することができます。
- 集団健診は感染防止対策を講じて実施します。
- 今後の新型コロナウイルスの感染状況等によって、日程等が変更となる場合があります。

☆がん検診種別: 胃がん「胃」・肺がん「肺」・大腸がん「大」・前立腺がん「前」・乳がん「乳」・子宮頸がん「子」

会場等		実施日【時間】	胃	肺	大	前	乳	子	実施機関	
松江市	東出雲 東出雲上意東研修センター	6月30日【午前】	●	●	●	●	●	●	JA	
	八束 松江市八束支所	7月2日			●	●	●	●		
	玉湯 玉湯公民館	7月5日		●	●	●	●	●		
	宍道 宍道健康センター	7月6日【午前】			●	●	●	●		●
		宍道公民館	7月7日		●	●	●	●		
	美保関 七瀬区自治会館	7月8日【午前】			●	●	●	●		●
		美保関公民館(万原)	7月9日【午前】		●	●	●	●		
	鹿島 鹿島公民館	7月12日	●	●	●	●	●	●		●
		鹿島ふれあい館	7月13日	●	●	●	●	●		
	八雲 八雲公民館	7月14日	●	●	●	●	●	●		●
島根 マリンゲートしまね	7月20日【午前】	●	●	●	●	●	●	●		
東出雲 東出雲保健相談センター	9月9日			●	●	●	●	●		
	9月10日【午前】			●	●	●	●			
	玉湯 玉湯公民館	9月13日【午前】		●	●	●	●			
	島根 マリンゲートしまね	9月17日【午前】		●	●	●	●			
八束 松江市八束支所	9月21日	●	●	●	●	●	●	●		
浜田市	弥栄 弥栄会館	9月14日【午前】	●				●	JA		
	旭 都川高齢者活動促進センター	8月25日【午前】	●				●		●	
		旭保健センター	9月30日【午前】	●						●
	金城 みどりかいかん	10月1日【午前】	●				●		●	
三隅 三隅保健センター	10月1日【午後】	●				●	●			
出雲市	出雲地域 長浜コミュニティセンター	9月8日						JA		
	JAしまね出雲地区本部	10月26日、27日								
	斐川地域 厚生連健康管理センター	8月30日、31日								
	大社地域 JAしまね荒木支店	10月8日								
	平田地域 JAしまね平田中央支店	7月1日、12月2日								
佐田地域 須佐コミュニティセンター	11月16日									
益田市	匹見 匹見保健センター	6月14日【午前】	●	●				公社		
		6月14日【午後】								
		6月22日【午前】								
	石谷老人福祉センター	6月22日【午後】								
美都 ふれあいホールみと	7月12日【午前】	●	●				●			
	7月12日【午後】									
東仙道公民館	7月12日【午後】						●			
益田 益田市総合福祉センター	12月6日、12月7日	●	●	●			●			
大田市	大国 大國文化振興会館	6月1日	●		●			公社		
	湯里 湯里まちづくりセンター	6月3日			●					
	福波 福波まちづくりセンター	6月4日			●					
	温泉津 温泉津まちづくりセンター	6月15日	●		●					
	井田 井田まちづくりセンター	6月23日			●					
	宅野 伝統芸能伝承館	6月24日			●					
	仁万・天河内 農村環境改善センター	6月29日、30日【午前】			●					
	馬路 馬路まちづくりセンター	7月1日			●					
安来市	伯太地区 いきいきの郷はくた	7月28日【午前】※1			●			公社		
	安来地区 安来市学習訓練センター	9月3日【午前】			●					
	広瀬地区 安来市健康福祉センター	9月11日【午前】			●					
江津市 桜江町 桜江総合センター	10月2日【午前】	●		●	●	●	●	JA		
雲南市	大東町 大東健康福祉センター	9月27日、28日、29日	●		●	●		JA		
	加茂町 加茂健康福祉センター	9月6日、7日	●		●	●				
	木次町 木次総合センター	9月13日、14日	●		●	●				
	三刀屋町 三刀屋文化体育館アスナル	9月15日、16日	●		●	●				
	吉田町 吉田健康福祉センター	8月30日【午前】	●		●	●				
掛合町 掛合交流センター	8月26日、27日【午前】	●		●	●					
奥出雲町	奥出雲健康センター	5月25日【午前】	●			●		JA		
	亀嵩温泉 玉峰山荘	5月26日【午前】、27日【午前】	●			●				
	横田コミュニティセンター	5月28日【午前】	●			●				
	奥出雲健康センター	6月4日、8日				●				

※1 安来市: 7月28日(伯太地区(いきいきの郷はくた))は、後期高齢者医療の被保険者の方は受診できません。
 ※2 邑南町: 申込人数によっては、実施時間が「午前のみ」となります。

会場等		実施日【時間】	胃	肺	大	前	乳	子	実施機関
飯南町	谷 谷体育館	6月14日【午前】	●	●	●	●	●		JA
	小田・真木 小田体育館	6月15日【午前】	●	●	●	●	●		
	頓原 飯南町保健福祉センター	6月23日【午前】、24日【午前】、25日【午前】	●	●	●	●	●		
	赤名 赤名農村環境改善センター	6月28日【午前】、29日【午前】	●	●	●	●	●		
	来島 来島拠点複合施設	7月5日【午前】、6日【午前】	●	●	●	●	●		
	志々 志々さつき会館	7月7日【午前】	●	●	●	●	●		
全町 飯南町保健福祉センター	9月4日【午前】	●	●	●	●	●		●	
川本町	川本公園管理棟	6月12日【午前】	●				●	JA	
	すこやかセンター(胸部CT検診の実施あり)	6月13日	●				●		
	三原まちづくりセンター	6月14日【午前】	●				●		
美郷町	邑智地区 邑智みさと館	7月19日【午前】、20日【午前】						JA	
	大和地区 大和事務所	7月21日【午前】							
邑南町	口羽地区 口羽公民館	6月8日※2						JA	
	阿須那地区 阿須那公民館	6月9日※2							
	井原地区 井原公民館	6月15日※2							
	中野地区 中野公民館	6月16日※2							
	矢上地区 矢上交流センター	6月17日※2							
	日和・日貫・市木地区	6月18日※2							
	高原地区 高原公民館	7月13日※2							
	出羽地区 出羽公民館	7月14日※2							
田所地区 田所公民館	7月15日※2								
津和野町	青原小学校体育館	6月10日【午前】						公社	
	池河公民館・体育館	6月10日【午後】							
	日原体育館	6月11日【午前】							
	左鎗体育館	6月11日【午後】							
	津和野体育館	6月16日【午前】							
	小川体育館	6月16日【午後】							
	旧畑迫小学校体育館	6月17日【午前】							
	旧木部中学校体育館	6月17日【午後】							
	日原体育館	11月11日【午前】							
	津和野体育館	11月11日【午後】							
吉賀町	柿木 柿木体育館	6月29日、30日	●		●	●		公社	
	蔵木 蔵木小学校体育館	7月6日	●		●	●			
	朝倉 朝倉小学校体育館	7月7日	●		●	●			
	七日市 吉賀中学校体育館	7月8日	●		●	●			
	六日市 六日市体育館	7月13日、14日	●		●	●			
海士町 開発センター	10月19日、20日、21日【午前】				●		JA		
西ノ島町 「保存版 令和3年度 けんしんのおしらせ」をご確認ください。	6月2日、3日、4日【午前】、10月15日【午前】				●		JA		
知夫村 知夫村役場いきいきセンター	5月30日、6月1日				●		JA		
隠岐の島町	都万地区 旧那久小学校	6月7日【午後】						公社	
	都万保健センター	6月8日							
	加茂漁村センター	6月9日【午前】							
	旧今津小学校	6月9日【午後】							
	岬町民体育館	6月10日【午前】							
	社会福祉センター	6月10日【午後】							
	ふれあいセンター	6月11日【午前】、14日【午後】、17日【午後】、18日【午前】							
	旧大久小学校	6月17日【午前】							
	北方地区集会所	6月15日【午前】							
	農村環境改善センター	6月15日【午後】							
	中村地区 中老人福祉センター	6月16日【午前】							
	布施地区 布施町民体育館	6月16日【午後】							

JA: 島根県厚生農業協同組合連合会
 公社: 島根県環境保健公社