

# 令和4年度 長瀬町健康事業一覧(成人)

※事業名に★があるものは、送迎があります。



※新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、日程等変更する場合がありますので、広報「ながとろ」、「くらしのメモ」または町ホームページでご確認ください。

成人保健・介護予防事業			検(健)診事業				
事業名	内容	参加費	検(健)診名	内容 ※( )内は自己負担金額	対象者	日程	
こころとからだの健康相談	こころとからだの心配事に保健師が相談を受けます。秘密は厳守いたします。 ※予約制(日程調整等)	—	胃がん検診	バリウムによるX線撮影(900円)	40歳以上	9月27日(火) 10月6日(木) 7日(金)	
はつらつ健康訪問	健康で元気に生活できるための家庭訪問事業です。内容は、「健(検)診結果のお届け」「健康づくり」「体調や病気について」「心の健康相談」「医者へのかかり方」「お薬手帳の使い方」「医療費のお話」「医療機関や福祉サービスの利用法」などについての情報提供や相談です。	—	大腸がん検診	便潜血検査/2日法(400円)			
★ひまわりクラブ	こころの病気をもちながら地域で生活している方の社会復帰支援事業です。 ※予約制 【第2・4月曜日:保健センター】	実費	乳がん検診	X線撮影ーマンモグラフィー(1,300円)	40歳以上の女性 ※昨年度受診していない方	6月29日(水)♪ 30日(木) 7月5日(火)♪ 7月6日(水)	
のぞみ会	こころの病気を持つ方のご家族の情報交換の場です。 ※事前面接あり 【奇数月原則第4月曜日:役場3階 小会議室1】	—	子宮頸がん検診	子宮頸部の細胞診(900円)	20歳以上の女性 ※昨年度受診していない方		
★男の筋トレクラブ	筋肉の量を増やして基礎代謝を上げ、肥満を改善し、太りにくい体をつくります。生活習慣病を予防する効果もあります。 ※男性限定 【第2・4火曜日:保健センター】	—	骨密度測定	超音波測定法(200円) ♪がついている日のみ実施	町内在住の方	8月30日(火)◎ 31日(水) 10月24日(月)◎ 25日(火) 26日(水)◎	
献血	血液を必要とする方のため、町内各所で埼玉県血液センターによる献血を行います。	—	肺がん検診	胸部レントゲン撮影(0円) ※条件に合う方は喀痰細胞診も可(600円)	40歳以上		
埼玉県コバトン健康マイレージ	ウォーキングを楽しく続けられる事業です。専用の歩数計やスマートフォンアプリで歩数を計測してポイントを貯めると、抽選で景品が当たります。	—	肝炎検査	血液採取による検診(0円)	40歳以上 ※初めて受診する方		
フレイル予防教室	65歳以上の方を対象に、運動・栄養・口腔等のテーマ別で講話を行います。フレイルとは、加齢に伴う心身の衰えのことで、適切な対応をすることで回復する可能性があります。 ※事前申込制	—	歯科健診	歯科医師による問診・健診(0円) ◎がついている日のみ実施	町内在住の方		
★足腰らくらく教室	「元気モリモリ体操」では運動が厳しい方向けの体操教室です。 ※事前面接あり。通所介護を領している方は対象外です。【5月～ いきいき館】	500円/月	特定健診・後期高齢者健診	自己負担金0円で基本的な健診を行います。保健センターのほか、指定医療機関での受診(期限は受診券を受け取ってから12月31日)も可能です。 ※人間ドックとの重複受診はできません。	40歳以上の長瀬町国民健康保険加入者  または 埼玉県後期高齢者医療保険加入者	通年	
★パートナークラブ	失語症の方の集団リハビリが目的の教室です。皆野町と合同の教室です。 ※事前面接あり 【第2水曜日:多世代ふれ愛ベース長瀬 他】	200円/月	人間ドック補助	人間ドック費用の一部(上限25,000円)を補助します。 【注意事項】 ①補助対象要件があります。 ②特定健診との重複受診はできません。 ③今年度の申込締切は、令和5年3月20日(月)です。			
★脳トレ学校	テキストを使って授業を行い、楽しく認知症予防に取り組む教室です。 ※事前申込制 【11月～ 全8回:多世代ふれ愛ベース長瀬】	1000円(初回集金)	がん検診補助	保健センターで実施の検診の日程が合わない方や、医療機関で個別に受診した方の費用の一部を補助します。 【注意事項】 ①保険適用やその他補助制度、保健センターで実施の検診とは併用できません。 ②人間ドックの基本項目等と同様の検査項目がある場合、補助の対象になりません。 ③受診後、役場窓口で申請が必要です。			
★歌の教室	慣れ親しんだ歌を皆で歌うことで介護予防につなげる教室です。年度の初めに参加者を募集します。【月1回:多世代ふれ愛ベース長瀬】	500円/回	結果説明会・特定保健指導	健(検)診後、管理栄養士と保健師による栄養相談・保健指導を行います。			
はつらつポイントカード	65歳以上の方を対象に、健康づくり・介護予防事業参加時にポイントが付加されるカードを配布します。30ポイントたまると景品と交換できます。		【がん検診等受診希望調査票について】 例年2月に調査票を郵送していますので、受診したい項目に○印を付けて期限までに提出をしてください。調査票で受診希望がある方には、後日詳細についてご案内をお送りいたします。  ◆◆◆定期的に健康診断を受け、病気の早期発見・早期治療を心がけましょう。医療費も節約できます。◆◆◆  ～(特定)健診は、自己負担なく受診できます。年に1度は受けましょう～				
元気モリモリ体操(筋力アップ)	各地区で自主的に実施しています。季節ごとに、様々な楽しいイベントを実施しています。 ※活動日は変更となる場合がありますので、参加希望の方はお気軽に健康担当までご相談ください。		クラブ名	活動日	活動時間	活動場所	
■のぞみクラブ	毎週木曜日	午前10時～	長瀬地区コミュニティ消防センター	■弥生クラブ	第2・4月曜日	午前9時30分～	井戸風布地区コミュニティ集会所
■みずほいきいきクラブ	第1・3・4木曜日	午前10時～	上宿中宿区コミュニティ集会所	■ひぐち元気クラブ	第1・2・3火曜日	午前10時～	ひのくち館
■ワントレクラブ	毎週水曜日	午前10時～	保健センター	■きりのみやクラブ	第2・4金曜日	午前10時～	矢那瀬集落農業センター
■清流の会	第1・2・4金曜日	午後1時～	多世代ふれ愛ベース長瀬	■らくらくクラブ	毎週火曜日	午前10時～	岩田コミュニティ集会所(下郷)
■みつわクラブ	第2・4火曜日	午前10時～	辻区公会堂	■チームひまわり	毎週月曜日	午前10時～	いきいき館
■さくらクラブ	第2・4火曜日	午前10時～	中央公民館	■仲良し会	毎週木曜日	午前10時～	長瀬上区公会堂

お医者さんに行くべきか迷ったら、まず相談!! 埼玉県の救急電話相談 #7119 24時間年中無休

【問合せ】

健康福祉課 健康担当 ☎66-3111 FAX66-3564

～ 裏面に、「予防接種・母子」の予定があります。～