



健康だより

年に1回 健康診断を受けましょう

新しい年度がスタートしました。皆さん、昨年度は「健康診断」を受けましたか？受けた方も受けなかった方も、本年度はぜひ「健康診断」を受けましょう。

● 健診で分かること

健康診断の中には、「特定健診」や「後期高齢者健診」などと呼ばれる健診と、「がん検診」があります。

①「特定健診」「若者健診」「後期高齢者健診」

内容＝体格検査、血液検査、血圧測定、尿検査、心電図検査、医師の診察など

②がん検診（年齢によって受診できる項目が限られます）

内容＝肺がん検診、大腸がん検診、胃がん検診、子宮頸がん検診、乳がん検診、腹部超音波検診、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検査など

健診結果で分かることは、血液検査等のそれぞれの値や、がん検診等でがんを疑う所見などがあるかどうか、ということです。「要再検査」や「要精密検査」「要治療」の指示があれば、必ず医療機関を受診し、必要な治療や定期的な検査を受ける必要があります。

● 健診を受けることの意義

健診結果で、「要精密検査」や「要治療」の文字がないと、ホッとすることと思えますが、健診を受けることの意義はそれだけではありません。健診を受けることで、今後の病気のリスクや、病気の発症を抑えるために今できる生活習慣改善について、知ることができます。

私たち保健師や栄養士、医療機関の医師や看護師等は、血液検査や血圧、BMI（体格指数）や腹囲などの結果か

ら、特に脳・心臓・腎臓の血管の動脈硬化が原因となって起こる病気のリスクを考え、どうすればその病気を予防できるのか、一緒に考えたいと思っています。

町の健診を受けていただいた方には、皆様に対面で保健・栄養指導を実施し、健診結果についてお話をさせていただく機会を設けています。

● 令和8年度の健康診断のお知らせ

○7月集団健診の対象者

- ・20～39歳の方→国保に加入している方と、社保の方で職場等で健診を受ける機会がない方
- ・40歳以上の方→国保に加入している方など

○8月集団健診の対象者

- ・後期高齢者医療保険に加入している方
- ・7月集団健診の対象者で、7月に受診できなかった方

○12月がん検診の対象者

- ・20歳以上の女性、40歳以上の男性

健診対象者がいる全世帯へ「健診希望調査票」を郵送していますので、各健診・検診の詳細はこちらをご確認ください。申込期限は4月20日（月）です。郵送または町公式ウェブサイトからお申し込みができますので、期限内のお申し込みへのご協力をお願いします。

年に1回、健康診断を受けて、本年度も1年間、健康に過ごしていきましょう。

● お問い合わせ先

町健康推進課（町総合保健福祉センター内）
☎096-235-8711

Fitness

甲佐町フィットネスセンター

4日は感謝の日～無料開放ウィーク開催

4月4日（土）は町フィットネスセンターの創立記念日です。町民の皆さまへの感謝を込め、当日から10日（金）まで無料開放いたします（お一人様1回限り）。当施設には健康・保健分野の専門職が常駐しており、お一人お一人の体力や目的に合わせた運動指導を行っており

今月の講師



那須 賢志さん
(健康運動指導士)

ます。リハビリテーションを目的としたご利用も大歓迎です。

さらに、4月4日にご来館いただいた方には、特典として「陽気カードポイント」を5ポイント付与いたします。皆さまの心身の健康づくりを専門スタッフが全力でサポートいたします。

【営業時間の変更について】

4月から火・水・金・土曜日の営業時間を午後8時までに変更しました。営業時間は下記の通りです。

ご利用の皆さまには、ご理解とご協力いただきますようお願いいたします。

● 4月からの営業時間

火・水・金・土曜日（祝日除く） 午前10時～午後8時
木曜日 午前10時～午後9時
日曜日および祝日 午前10時～午後5時
月曜日 休館日

● お問い合わせ先

町フィットネスセンター（町総合保健福祉センター内）
☎096-235-8712

スマイル

わが家の「笑顔」を紹介します

赤ちゃんの笑顔 募集中！

未就学児のお子さんの
笑顔を広報紙に掲載しま
せんか？応募期限は

毎月7日まで。

ご応募お待ち

しています▶



■お問い合わせ先

町企画課

☎096-234-1115

見本



広報 こうさ ちゃん (1歳)

お父さんの名前

お母さんの名前 (〇〇区)

1歳になりました！

みーんな大好きだよ！

今回はご応募がありませんでした。

見本のように、お子さんの写真と
メッセージを掲載します。

引き続き、みなさんからの
ご応募をお待ちしています！

4月・5月の保健活動

●会場 町総合保健福祉センター

+ 4か月児健診

4月16日(木) 午前10時

5月21日(木) 午前10時

+ 7か月児健診

4月16日(木) 午前9時30分

5月21日(木) 午前9時30分

+ 11か月児健診

4月16日(木) 午前9時

5月21日(木) 午前9時

+ 1歳6か月児健診

5月12日(火) 午後1時10分

+ すくすく2歳児子育て相談

4月17日(金) 午前9時20分

+ 3歳児健診

5月12日(火) 午後1時20分

※健診などの日時は変更となる場合があります。対象の方に個別にお送りする通知を必ずご確認ください。

● 4月の子育て支援カレンダー

●甲佐町子育て支援センター(電野保育園内) ☎096-234-0305

3日(金)	開所日 身体測定(身長・体重)
6日(月)	お散歩
8日(水)	手型・足型
10日(金)	ブロック遊び
13日(月)	親子で読書
15日(水)	おやつ作り(要予約)
17日(金)	鯉のぼり作り
20日(月)	タオル遊び
22日(水)	園庭遊び
24日(金)	製作
27日(月)	ふれあい遊び

育児相談(電話・面接) 月～金曜日 午前9時30分～午後4時

体験保育 月・水・金曜日 午前9時30分～正午

● 4月・5月の町内休日当番医

月日	当番医	電話番号
4月12日	小屋迫医院	096-234-0165
5月10日	甲佐眼科クリニック	096-235-5600

● 4月・5月の町内休日当番薬局

月日	当番薬局	電話番号
4月12日	甲佐薬局	096-234-3876
5月10日	甲佐薬局	096-234-3876

▶ 休日当番医が広域化されました

これまで各町で実施されてきた休日当番医は、4月から上益城郡内3か所で実施されることになりました。

郡内の当番医については、15分のイベントカレンダーをご覧ください。熊本日新聞の当番医一覧や上益城医師会ホームページ、町公式ウェブサイトなどをご確認ください。

●日程は変更になる場合があります。最新情報は町公式ウェブサイトなどをご確認ください