



定期的な運動や健診を行いましょ

保険者である市が国民健康保険加入者の健康・医療データを基に、生活習慣病予防など重点的に取り組む必要がある

データヘルス計画とは

生活習慣病の発症や重症化予防のため、国民健康保険被保険者の健康増進や医療費の適正化を目的とする「第3期須賀川市国民健康保険データヘルス計画」を策定しました。

保険年金課 ☎(88)9135

健康でいるために いつまでも

第3期国民健康保険データヘルス計画

課題を明確にし、対応する保健事業を効果的・効率的に行うための計画です。
計画期間は令和6年度から令和11年度までの6年間とし、3年ずつ前期と後期に分け、令和8年度に中間評価を行います。

生活習慣病とは

食事や運動、休養、喫煙、飲酒などの生活習慣が深く関係し、それらが要因となり発症する疾患の総称で、がん、心臓病、脳卒中、糖尿病などを言います。

本市では、心疾患、脳血管疾患による死亡率が男女ともに国よりも高いため、生活習慣病予防を積極的に取り組んでいく必要があります。

- ▼医療機関などへの受診を勧め、保健指導などを行い、生活習慣病の重症化を予防
 - ▼高血圧症や糖尿病への対策を重点的に行い、循環器系疾患の重症化を予防
 - ▼身体機能を向上させ、健康づくりにつながる場の整備や、フレイル予防を中心とした介護予防に関する知識の普及、啓発活動
- 詳しくは、市ホームページをご覧ください。



第3期国民健康保険データヘルス計画

令和6年度健康診査

からだを知るため まず受けよう

健康づくり課 ☎(88)8122



健康診査は、心臓病や脳卒中などの病気を未然に防ぐために、自ら生活習慣を改善するきっかけとなるよう行っています。定期的な受診で、自分自身の健康状態を把握しましょう。

施設健診と集団健診

施設健診 6月22日(土)～令和7年1月31日(金)
集団健診 10月18日(金)～11月9日(土)

検査内容 身体測定、血圧測定、尿検査、血液検査、医師の診察など

健康診査と併せて受診できるがん検診など

検診項目	対象年齢など ^{※1}	個人負担金 ^{※2}
肺がん ^{※3} (結核を含む)	40歳以上	集団：無料 施設：400円
肺がん (嚔たん)	①40歳以上で6カ月以内に血の混じったたんが出た人 ②50歳以上で喫煙指数(1日の本数×年数)が600以上の人	500円
大腸がん	40歳以上	300円
前立腺がん	40歳以上の男性	集団：300円 施設：500円
肝炎ウイルス	①40歳 ②41歳以上でこれまで受診できなかった人	300円
胃がんリスク ^{※4}	40歳から49歳までで除菌治療を受けたことがない人	500円

※1 令和7年3月31日現在
※2 70歳以上または生活保護世帯は無料。65～69歳で後期高齢者医療制度の被保険者は、保険証を提示すれば無料
※3 胸部エックス線による検査
※4 事前に郵送された受診券を持参してください。

国民健康保険以外の被扶養者の特定健康診査

全国健康保険協会(協会けんぽ)や健康保険組合などに加入する40歳から75歳未満の被扶養者の特定健康診査は、市が行う集団健診や実施医療機関で受診できます。詳しくは、加入している医療保険者に直接お問い合わせください。
※市が行う各種がん検診は、加入している医療保険に関係なく受診することができます。

☎協会けんぽ ☎024(523)3919

対象
▼市の国民健康保険の被保険者で、令和7年3月31日現在で40歳以上75歳未満の人(4月2日以降に国保に加入した人は申し込みが必要)
※「YOU悠ドック」を受診する人は対象外
▼令和7年3月31日現在で75歳以上の人、または65～74歳で後期高齢者医療制度の被保険者

※施設に入所している人や長期入院している人は対象外

個人負担金 無料
持ち物 マイナンバーカードまたは健康保険証、受診券、受診カード、採尿容器

注意事項
▼前日の午後9時以降は食事を取らないでください(水分補給は差し支えありません)
▼対象者には、後日、受診案内を郵送しますので、ご確認ください

集団健診時の注意事項
▼混雑回避のため、年齢ごと

の受付時間内にお越しください(予約制ではありません)
▼体調が悪いときは、来場をお控えください
▼気温が低い日は暖かい服装でお越しください

健康診査と併せて受診できる検診
右の表の項目も、健康診査と併せて受診できます。
注意事項 胃がん・乳がん・子宮がん検診は登録制となり、胃がん集団検診は事前予約が必要です。健康づくり課にお問い合わせください。

子宮がん検診は登録制となり、胃がん集団検診は事前予約が必要です。健康づくり課にお問い合わせください。

その他 集団健診の会場や受付時間、施設健診やがん検診などを行う医療機関など詳しくは、市ホームページをご覧ください。



気軽にできる運動から始めてみませんか

主な取り組み内容

▼特定健康診査の結果、健康上のリスクが高い人への保健指導の実施率を高め、生活習慣病につながりやすいメタボリックシンドロームの予防と改善

妊娠を希望する人に風しん抗体検査・ワクチン接種費用を助成します

実施場所 市指定医療機関

対象 ワクチン接種日時時点で市民であり、次の①～③のいずれかに当てはまる人

- ①妊娠を予定している女性
- ②妊娠を予定している女性のパートナー(対象①の人に抗体がないと診断されているときや、やむを得ない事情により予防接種を受けることができないとき)
- ③妊婦のパートナー・同居している家族

必要な物

- ▶本人確認書類(健康保険証や運転免許証など)
- ▶対象③の人は、妊婦の母子健康手帳の写し

注意事項

- ▶年度内に既に市の助成を受けているときや、これまでに風しんに罹患した人、風しん抗体が十分にある人は対象外
- ▶ワクチン接種前1カ月間、接種後2カ月間は妊娠を避ける

☎健康づくり課 ☎(88)8122



風しん抗体検査及びワクチン

スマホで特撮体験 ワークショップ参加者募集

須賀川特撮アーカイブセンターでは、スマートフォンで撮影した写真を切り抜いて合成し、特撮体験をするワークショップを行います。

日時 7月7日(日)

午前10時～11時40分

場所 須賀川特撮アーカイブセンター

対象 市内在住の小学3～中学3年生(保護者同伴)

定員 15人程度(定員超過のときは抽選)

申込方法 「かんたん申請・申込システム」で申し込み

申込期間 6月10日(月)～24日(月)

☎須賀川特撮アーカイブセンター ☎(94)5200



須賀川特撮アーカイブセンター