

今号の主な内容

2面

失業中の方へ 住宅の確保と就労を引き続き支援します

3面

元気な高齢者向け 体力測定を実施します

4面

区民保養施設 利用申し込み方法が変わります

7面

お子さんの予防接種を忘れずに

8面

大人の風しん予防接種の費用を助成しています

「分かりやすく 利用しやすい」を目指して 健康づくり支援を強化

25年度から

健康診査・保健指導が変わります



区では、区民の皆さんの生活習慣病等の予防につなげるために、健康診査・保健指導を実施しています。受診する方にとってより分かりやすく、利用しやすいものにするために、25年度から健康診査・保健指導の実施体制を変更し、区の健康づくり支援を強化します。

【問合せ】健康推進課健診係(第2分庁舎分館1階)☎(5273)4207・FAX(5273)3930へ。

健康診査は「区の委託医療機関」「区民健康センター」で実施

◎16歳以上の方が区の委託医療機関で健康診査を受けられるようにします

健康診査では身体・腹囲測定、血液検査等をもとに健康状態をチェックします。保健センターでの健康診査・肝炎ウイルス検診・前立腺がん検診は3月で終了し、16歳～39歳の方も、かかりつけ医などの身近な医療機関で健康診査を受けられるように変更します。

◎医療機関での肝炎ウイルス検診対象者を拡大します

新宿区の国民健康保険以外の健康保険（健康保険組合・共済組合・協会けんぽ・国民健康保険組合）に加入している40歳～74歳の方の肝炎ウイルス検診は、これまで区民健康センターのみで受けられましたが、委託医療機関でも受けられるようにします。対象は過去に一度も肝炎ウイルス検診を受けたことがない方です。

40歳～74歳の特定健康診査の結果から「生活習慣の改善が必要」と判定された方へ
★保健指導の対象者を拡大します

保健指導では、40歳～74歳の方を対象に実施する特定健康診査の結果、生活習慣の改善が必要と判定された方を対象に、医師や管理栄養士等が生活習慣病の予防につながる指導をします。これまではメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目して指導を実施する「特定保健指導」のみでしたが、特定保健指導の対象にならない方でも、生活習慣の改善が必要と判定されれば、指導が受けられるようにします。

★保健指導の生活習慣改善プログラムを充実させます

◎「医療機関型」「食事指導中心型」「フィットネス施設併用型(64歳以下の方)」から選択できるようにします

保健指導のうち、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目して指導を実施する「特定保健指導」は、これまで委託医療機関（「医療機関型」プログラム）と保健センターのみで実施してきました。25年度からは、食事指導や運動指導を中心とする「食事指導中心型」「フィットネス施設併用型」プログラムも加え、3つのプログラムから選択できるようにします。

特定保健指導の対象にならない方で生活習慣の改善が必要と判定された方は、「食事指導中心型」「フィットネス施設併用型」プログラムのいずれかを選択できます。

「フィットネス施設併用型」は平日の夜間と土・日曜日にも利用できます。

75歳以上の方は5月から開始 健康診査・がん検診

がんや生活習慣病(脳卒中・心筋梗塞・糖尿病等)は、早期に発見し、早期の治療につなげることが大切です。健康診査は、定期的に通院している方も受けられます。年に一度の健康診査・がん検診でご自分の健康状態をチェックしましょう。

75歳以上の方(昭和14年3月31日以前に生まれた方)は5月から受診できます。受診できる健(検)診の種類・費用は右表のとおりです。

受診できる場所

- ▶区の委託医療機関（区内の診療所など）
- ▶区民健康センター(大久保3―1―1、旧戸山中学校)
- ※区民健康センターのがん検診は4月から実施しています(肺がん検診は胸部X線と喀痰細胞診のセットのみ。子宮がん検診は頸部検診のみ。乳がん検診は実施していません)。

受診方法

- 健(検)診を受けるには、健(検)診票が必要です。22年4月以降に健康診査・がん検診を受診した方には、4月26日(金)に健(検)診票等を発送します。健(検)診票がお手元にならない方は、5月1日(水)から健康推進課健診係・保健センター、区民健康センターで健(検)診票送付の申し込みを受け付けます。
- 【受診の申込み】
- ▶区の委託医療機関で受診する方は、健(検)診票をご用意の上、直接、医療機関に予約してください。医療機関は、健(検)診票に同封の「健康診査・がん検診のご案内」でご確認ください。
 - ▶区民健康センターで受診する方は、同センターへ予約してください。

問合せ

- ▶医療機関での健康診査・がん検診…健康推進課健診係(第2分庁舎分館1階)☎(5273)4207へ。
- ▶区民健康センターでの健康診査・がん検診…区民健康センター☎(3208)2222へ。

健(検)診の種類		費用 ※1
健康診査		無料
がん検診	前立腺がん	200円
	胃がん	1,900円 大腸がん検診と同時に受ける方は2,400円
	大腸がん	600円 胃がん検診と同時に受ける方は2,400円
	肺がん(X線)	900円 喀痰細胞診も受診する方は1,200円
	子宮がん(頸部) ※2	900円 体部細胞診も受診する方は2,000円
	乳がん ※2	800円

※1 生活保護を受けている世帯と住民税非課税世帯の方には、免除制度があります。

※2 26年3月30日現在、偶数年齢の女性を対象です。24年度に検診を受けていない方は奇数年齢でも受診できます。

◆16歳～74歳の方へ	区が実施する健診の対象者		受診できる場所	
			4月・5月	6月～12月
区の委託医療機関での健康診査は、6月から開始します(右表)。詳しくは「広報しんじゅく」5月25日号でお知らせする予定です。	16歳～39歳の方（学校等で健診を受ける機会がある方を除く） ※区民健康センターは通年実施		区民健康センター	区民健康センター 区の委託医療機関
	40歳～74歳で新宿区の国民健康保険に加入している方・生活保護を受けている方			区民健康センター 区の委託医療機関

★40歳～74歳で国民健康保険以外の健康保険(健康保険組合・共済組合・協会けんぽ・国民健康保険組合)に加入している方(被扶養者を含む)の特定健診・がん検診は、各医療保険者が実施します。詳しくは、加入している医療保険者へお問い合わせください。

区民健康センター 日曜健康診査・ がん検診

6月の日程等を7面でご案内しています。併せてご覧ください。