

## 成人検診（個別検診）

場 市内指定医療機関

要予約

※対象者の年齢は、令和3年3月31日時点での年齢です。※受診券が必要です。

現在、健診（検診）を実施していますが、今後の新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては、再度実施が見合わせになる場合もあります。

時 2月28日（日）まで

名称	対象者	費用	名称	対象者	費用
胃がん検診（レントゲン）	40歳以上	2,000円	前立腺がん検診	40歳以上の男性	1,000円
大腸がん検診		500円	肺がん検診	40～74歳	500円*1
子宮がん検診	20歳以上の女性	1,000円*2	結核健診	75歳以上	無料
乳がん検診	40歳以上の女性	2,000円	肝炎ウイルス検診	40歳以上で検診を受けたことのない人	

\*1 65歳以上の人は無料 \*2 子宮体部も行う場合は2,000円

### 【がん検診無料券の発行について】

対 市民税非課税世帯の人、生活保護受給世帯および中国残留邦人等に対する支援給付受給世帯の人

申 検診を受ける前に、刈谷市個人負担金免除申請書（保健センターで配布・郵送可・市HPでダウンロード可）を保健センターへ。

持 印鑑（スタンプ印不可）、本人確認できるもの

## 成人検診（集団検診）

申 電話で保健センターへ。

要予約

※対象者の年齢は、令和3年3月31日時点での年齢です。

※今後の新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては、実施が見合わせになる場合もあります。

### ◆39歳以下健康診査

コース名	日時	対象者	費用	場所
一般	1月30日出午前	39歳以下	5,000円	刈谷医師会健診センター

### ◆乳がん検診 ※マンモグラフィ検査または超音波検査のどちらか一方のみです。

名称	日時	対象者	費用	場所
超音波検査	2月5日（金）午前	30歳以上の女性	1,300円	刈谷医師会 健診センター
マンモグラフィ検査		40歳以上の女性	1,500円	

## 高齢者肺炎球菌予防接種費の一部助成（任意予防接種）

申 電話で保健センターへ。

時 3月31日（水）まで 対 満65歳以上の人 場 市内指定医療機関

助成額 3,000円（市民税非課税世帯、生活保護受給世帯および中国残留邦人等に対する支援給付受給世帯の人は上限8,000円）

注意事項 ※接種前に保健センターへ申請してください。

※過去5年以内に23価肺炎球菌ワクチンの予防接種を受けている人は、対象になりません。

※過去に一度でもこの制度を利用して接種している人、定期接種を受けた人は対象になりません。

震災などで被災された人へ 健康診査などを希望する場合は、受診券を発行しますので、保健センターへ連絡してください。

## 健康日本21かりや計画推進 なるほど健康情報 195

問 保健センター（☎23-8877）

### 冬の入浴は血圧の変化によるヒートショックに要注意!

ヒートショックとは、急激な温度の変化により血圧が大きく変動し、体に大きな負荷がかかることです。

【例】 暖かい居間などから、  
寒い脱衣所や浴室に移動する  
（体の熱を奪われないように）  
血管が縮み、血圧が上がる



熱いお湯につかる  
（血管が広がって）  
急に血圧が下がる

心臓や血管などに  
負担がかかり、  
心疾患や脳梗塞などが  
起こりやすくなります

ヒートショックを  
防ぐポイント

- ▶入浴前に脱衣所や浴室を温める
- ▶湯温は41度以下に
- ▶浴槽からはゆっくり立ち上がる
- ▶飲酒後や食後すぐの入浴は避ける



### ～自分の血圧値を知っていますか？～

高血圧症は、生活習慣病の中で最も多くみられる病気の一つです。刈谷市では、男性の約4人に1人、女性の約5人に1人が、最高血圧140以上または最低血圧90以上となっています。高血圧の状態が続くと血管壁を傷つけたり、動脈硬化を進行させて、狭心症や心筋梗塞、脳梗塞などの循環器疾患を引き起こす原因となります。まずは自分の血圧値を知り、高血圧の予防に役立てましょう。