

# 令和5年度 恵那市成人健康カレンダー

(対象:市内に住民登録のある方)

健診、検診は定期的に受けましょう。  
がん検診では早期がんの発見が多く、早期治療に結びついています。

## がん検診内容と個人負担金 エーナ健幸ポイント対象事業

検診名	対象者 (令和6.3.31時点の年齢)	検診内容	個人負担金		申込み
			集団	指定医療機関	
胃がん検診	40歳以上	問診 バリウム検査	500円	500円	必要
肺がん・結核検診	40歳以上	問診 胸部レントゲン検査	無料	500円	
喀痰検査 (肺がん・結核検診とセット)	50歳以上で喫煙者 (過去の喫煙者も含む)	細胞診検査	500円		不要
巡回バスによる 肺がん・結核検診	40歳以上	問診 胸部レントゲン検査	無料		
大腸がん検診	40歳以上	問診 便潜血検査	500円	500円	必要
前立腺がん検診	50歳以上の男性	問診 血液検査	500円	500円	
肝炎ウイルス検査 (B型・C型)	40歳以上 (41歳以上で過去に受けたこと の無い方)	問診 血液検査	500円	500円	必要
乳がん検診	40歳以上の女性 (令和4年度受診者は対象外)	問診 マンモグラフィ ※受診券が必要	500円	500円	
子宮頸がん検診	20歳以上の女性 (令和4年度受診者は対象外)	問診 細胞診検査 ※受診券が必要	500円	500円	

気象状況等により  
日程を変更する  
場合があります。その  
際は市ウェブサイト、市民メール  
等によりお知らせ  
します。

※同じ検診を年度内に2  
回以上受診された場  
合、2回目からは全額  
自己負担となります。  
※自覚症状のある方は  
がん検診ではなく必  
ず医療機関で診察を  
受けてください。

乳・子宮頸がん  
検診は、国の指  
針に基づき隔  
年受診です。

## 生活習慣病予防健診

## エーナ健幸ポイント対象事業

項目	若いひと健診	国保特定健診	75歳到達者健診	すこやか健診
対象(生年月日)	昭和59年4月1日～ 平成21年3月31日	昭和24年4月1日～ 昭和59年3月31日	昭和23年4月1日～ 昭和24年3月31日 受診日に74歳   受診日に75歳	昭和23年3月31日以 前及び、後期高齢者 医療制度加入の方
受診方法	集団健診	医療機関または集団健診	集団健診	医療機関
実施期間	裏面の日程を ご覧ください	令和5年5月～ 令和6年2月	裏面の日程をご覧ください	令和5年5月～10月
加入保険	問いません	国民健康保険 <sup>注</sup>	後期高齢者医療保険	
個人負担金	500円	500円	420円	500円
申込み	必要	5月上旬に送付する 案内をご覧ください	必要	必要
申込み・問合せ先	健幸推進課 TEL 26-2111 内線287・293	保険年金課 TEL 26-2111 内線154・156		

注)国民健康保険以外の方は加入先の医療保険にお問い合わせください

## 健康相談について

健診の結果、禁煙、心の健康、飲酒の問題などの相談に応じます。

恵那市保健センター	毎月第3木曜日	要予約
岩村保健センター	毎月第1金曜日	

※健康相談日以外で可能な日もありますので、健幸推進課へご連絡ください。

恵那市国保の特定健診結果で、約半数の方が、  
血圧や血糖が高めとなっています。

**高血圧・糖尿病は全身の血管を傷つけます!**

血管を傷めないために

- ・定期的に健診を受け、早期発見・早期治療をしましょう。
- ・毎日の食事に緑色の野菜を食べ、血管を守りましょう。

## 巡回バスによる肺がん・結核検診

申込み不要

●検診内容：胸部レントゲン検査 ●無料 ●対象者：40歳以上の市民（令和6年3月31日時点）

とき・地区	時間	ところ	
6月27日(火) 長島大井 ★車イス対応バス	13:00～14:00	恵那市役所会議棟前	
	14:15～15:00	恵光園	
	15:15～15:30	山中公民館	
	15:45～16:00	千田公民館	
6月28日(水) 大井	8:30～8:50	ビレッジハウス恵那 (大井町:旧雇用促進住宅恵那宿舎)	
	9:05～9:35	学頭憩いの家横	
	9:50～10:20	岡瀬沢中集会所	
	10:35～10:55	恵那峡駐車場(第2駐車場)	
	11:10～11:30	恵那ラヂウム	
	11:45～12:00	丸池自治会館	
	13:10～13:50	土々ヶ根車検場	
7月6日(木) 明智岩村 ★車イス対応バス	13:00～14:00	明智コミュニティセンター	
	14:10～14:40	恵那市恵南商工会	
	15:05～16:05	岩村コミュニティセンター	
7月14日(金) 岩村上矢作	9:00～10:00	旧岩村振興事務所	
	10:15～10:30	六区(大円寺)公会堂	
	10:45～11:00	ふるさと富田会館	
	11:15～11:45	飯峽会館	
	12:00～12:15	一区(上切)公会堂	
	13:30～13:45	ふれあいセンター(本郷)	
	13:55～14:05	浅野徳雄様方前(飯田洞)	
	14:20～14:30	漆原公民館	
	14:45～14:55	下おやつショップたこやきたこちゃん	
	7月24日(月) 串原明智	10:00～10:15	松本公会堂
10:30～10:45		串原総合福祉センター	
11:00～11:15		串原朝市広場みちくさ	
12:30～12:50		馬木消防器具庫	
13:00～13:10		小杉集会所	
13:20～13:30		東方センター	
13:40～13:55		中切:伊藤材木店車庫	
14:10～14:25		中沢公会堂	
8月2日(水) 三郷島		9:00～9:15	棕実公会堂
		9:30～10:10	旧JAひがしみの三郷営業所跡
	10:25～10:40	三郷診療所駐車場	
	10:55～11:25	野井公民館前駐車場	
	12:30～12:45	ビレッジハウス長島 (旧雇用促進住宅長島宿舎)	
	13:00～13:15	永田中島集会所	
	13:30～13:45	永田生産森林組合会館	
	14:00～14:15	硯水館(旧中野新田公民館)	
	14:30～15:15	恵那文化センター駐車場	
	8月3日(木) 山岡	13:15～13:45	田代集落農事集会所
14:05～14:50		原公民館	
15:05～15:35		山岡陶業文化センター	

★車イス対応バスでは車イスの方が優先となります。

とき・地区	時間	ところ
8月25日(金) 飯地笠置長島大井	9:15～9:45	沢尻公民館
	10:00～10:15	飯地振興事務所
	10:30～10:45	朝日屋前
	11:10～11:25	栃久保集会所
	12:45～13:00	笠置コミュニティ消防センター
	13:20～13:50	乗越森理髪店前
	14:10～14:25	新栄町集会所
	14:40～15:30	恵那文化センター駐車場
9月13日(水) 山岡明智	9:00～9:30	瓜切り地藏ふれあい会館
	9:45～10:15	恵南アグリセンター生産資材取扱所
	10:30～11:20	山岡診療所前
	12:30～12:50	門野消防器具庫
	13:00～13:20	杉野集会所
	13:35～14:35	明智中学校(川ひろば駐車場)
9月14日(木) 明智	14:50～15:30	明智B&G海洋センター
	9:00～9:30	野志公民館
	9:45～10:05	大舟公民館
	10:20～11:20	ふれあい会館吉良見
	12:45～13:00	横通集会所
	13:20～13:35	大栗消防器具庫跡地
9月19日(火) 武並	13:50～14:05	上田公民館
	14:20～15:00	明智文化センター
	13:45～14:00	旧JAひがしみの藤営業所跡
	14:15～14:30	武並コミュニティ消防センター
9月27日(水) 山岡	14:45～15:15	JAひがしみの恵那西支店(旧武並公民館)
	15:30～15:45	遠山 裕行様方前
	13:10～13:30	公孫樹会館
	13:45～14:10	田沢13号組集会所
	14:30～15:00	山田消防コミュニティセンター
	15:15～15:45	山岡農村環境改善センター
10月20日(金) 中野方笠置長島大井	8:50～9:00	坂折3区公民館
	9:15～9:35	中野方コミュニティセンター
	9:50～10:10	中野方9区公民館
	10:25～10:40	遠藤機械前
	10:55～11:10	笠置コミュニティセンター
	11:25～11:40	毛呂窪簡易郵便局前
	12:50～13:10	垣内新聞店(旧西尾新聞店)
	13:20～13:50	駅西駐車場
	14:00～14:35	恵那市役所会議棟前
	11月1日(水) 大井長島東野	9:00～9:15
9:35～10:15		株式会社イソベ前
10:30～10:50		正家公民館
11:05～11:45		東野コミュニティセンター
13:00～13:15		民宿西尾様方駐車場
13:30～13:45		元起第一公園
14:05～15:05	恵那市役所会議棟前	

下記の方には6月に受診票を送付します。

◎令和2年度以降、巡回バスによる肺がん・結核検診を受けた65歳以上の方  
◎80歳の方 (年齢:令和6年3月31日時点)

※喀痰検査(50歳以上で喫煙者)を希望の方は事前にご連絡ください

巡回バスを受診した方は、市が行う他の肺がん検診は受診できません。

## がん検診・生活習慣病予防健診

個人負担金は裏面をご覧ください。

### 集団がん検診日程表

**要申込み** 集団がん検診は2週間前までにお申し込みください。

月	日	曜日	会場	胃・肺	大腸 肝炎 前立腺	乳・子宮	国保集団特定健診 若いひと健診 75歳到達者健診
				9:00～10:30	9:00～15:00	8:30～11:00	
5	26	金	恵那市役所 会議棟	○	○		
6	16	金	恵那市役所 会議棟	○	○	○	
	27	火	岩村コミュニティセンター	○	○		○
7	6	木	明智コミュニティセンター	○	○		
	22	土	恵那市役所 会議棟	○	○	○	
8	3	木	岩村コミュニティセンター	○	○	○	
	17	木	串原コミュニティセンター		○		○
	19	土	明智コミュニティセンター	○	○	○	
9	4	月	恵那市役所 会議棟	○	○	○	
	19	火	武並コミュニティセンター	○	○		○
10	27	水	山岡農村環境改善センター	○	○	○	
	7	土	恵那市役所 会議棟	○	○	○	
11	16	月	岩村コミュニティセンター	○	○		
	26	木	恵那市役所 会議棟	○	○	○	
11	2	木	恵那市役所 会議棟	○	○	○	

### 国保集団特定健診、若いひと健診、75歳到達者健診

**要申込み**

月	日	曜日	会場 (8:30～11:00)	月	日	曜日	会場 (8:30～11:00)	
6	15	木	山岡農村環境改善センター	10	1	日	恵那市役所 会議棟	
	23	金	恵那市役所 会議棟		12	木	岩村コミュニティセンター	
	27	火	岩村コミュニティセンター ※集団がん検診実施		19	木	山岡農村環境改善センター	
7	11	火	明智文化センター	11	28	土	恵那市役所 会議棟	
	27	木	笠置コミュニティセンター		11	土	岩村コミュニティセンター	
8	9	水	恵那市役所 会議棟	12	20	月	恵那市役所 会議棟	
	17	木	串原コミュニティセンター ※集団がん検診実施		1	金	恵那市役所 会議棟	
9	8	金	恵那市役所 会議棟	2	20	水	恵那市役所 会議棟	
	13	水	明智文化センター		1	18	木	恵那市役所 会議棟
	19	火	武並コミュニティセンター ※集団がん検診実施		2	8	木	恵那市役所 保健センター

国保集団特定健診、75歳到達者健診受診者は「大腸」「肝炎」「前立腺」の検診を追加できます。

### 問合せ・予約先

- がん検診・若いひと健診 健幸推進課 電話 26-2111 (内線 287・293)
- 特定健診・75歳到達者健診 保険年金課 電話 26-2111 (内線 154・156)

●がん検診の無料クーポン券をお持ちの方は持参してください。

●医療機関で行う肝炎ウイルス検査・乳・子宮頸がん検診は受診券が必要です。

※対象の方には、4月に送付します。  
※受診券の発行を希望される方は  
健幸推進課へご連絡ください。



### 市内指定医療機関で行うがん検診

実施医療機関	実施日時	胃・肺	大腸・前立腺・肝炎	乳・子宮	申込み先
市立恵那病院	5月1日(月)～令和6年3月29日(金) 月～金曜日 午前	●	△ 肝炎は受診券が必要	○ 受診券が必要	電話(20-1658)または窓口で予約 予約受付時間 月～金曜日 11:00～16:30 恵那病院ウェブサイトからも 予約できます。
		●の検診を同日に受診する必要があります。 ●の検診を受診される方は、△の検診を追加することができません(同日)。 国保特定健診同時受診可。			
国保上矢作病院	5月1日(月)～5月31日(水) 11月1日(水)～11月30日(木) 月～金曜日 午前	○	○ 肝炎は受診券が必要		電話(47-2211)または窓口で予約 予約受付時間 月～金曜日 9:00～17:00
		特定健診を同日にご希望の方はお知らせください。			

### 市外医療機関で行う子宮頸がん検診

実施医療機関	実施日	時間	月	火	水	木	金	土	予約について
林メディカル クリニック (中津川市) 電話 0573-65-2007	5月1日(月)～令和6年3月30日(土)	9:00～12:00	○	○	○	△	○	○	予約不要
		15:00～18:30	○	○	○	△	○	13:00 15:00	受診券が必要
東濃厚生病院 健康管理センター (瑞浪市) 電話 0572-68-4426	5月1日(月)～令和6年3月29日(金)	9:30～11:00	○	○	○	○	○	△	要予約 受診券が必要

### 医療機関での大腸がん検診

実施期間:5月～令和6年3月30日提出分まで。

地区	医療機関名	電話番号	地区	医療機関名	電話番号
大井	井口ハートクリニック	25-0810	三郷	国保三郷診療所	28-1070
	加藤クリニック	25-6403	中野方	上近藤診療所	23-2231
	さつき内科・小児科クリニック	20-3350		十全堂医院	23-2230
長島	安部医院	22-9777	飯地	国保飯地診療所	22-3027
	恵那ファミリークリニック ※実施期間10月31日(火)まで	20-1800	岩村	田中クリニック	43-0122
	おがわ医院	26-5666	山岡	国保山岡診療所	56-2655
	河上クリニック	25-0551	明智	おおさわ医院	54-4976
	中部クリニック	26-3001	上矢作	尾崎医院	54-2141
	林外科・内科	26-5155		国保上矢作病院	47-2211
	森川クリニック	26-2222	串原	国保串原診療所	47-2211 ※国保上矢作病院に つながります
	度会医院	26-2007			

ご希望の医療機関にお申し込みください。



### インターネット予約できます!

がん検診 若いひと健診



24時間  
受付中

### E-ナ健幸ポイント

健(検)診を受診して、素敵な賞品を  
もらおう!

詳しくは市ウェブサイトへ→



### 献血

E-ナ健幸ポイント対象事業

血液の安定確保のために、皆さんの温かい  
協力をお願いします。

献血日程はこちら→



### 家族でチェック! 減塩チャレンジ!

家族の健康のため、「家庭の味」を確認してみませんか?

申込開始:令和5年4月1日～

- ①自宅の汁物の塩分濃度を測定してみましょう。(塩分測定器をお貸しします)
- ②提出した方に特典(栄養士おすすめ減塩食品)をお渡しします。

ご希望の方は健幸推進課 電話 26-2111(内線285)までお問い合わせください。