

# 健康づくりを応援！ いたみ健康チャージポイント

市は、楽しみながら健康づくりに取り組むことを応援する「いたみ健康チャージポイント」を実施します。20歳以上の市民なら誰でも参加できます。健診を受けたり歩数を決めてウォーキングしたり、ポイントを貯めて抽選に応募して素敵なプレゼントを手に入れましょう。問い合わせは、市健康政策課Tel.784-8080へ。

## いたみ健康チャージポイントって？

健康・運動に関する講座やイベントなどに参加して1ポイント、健(検)診を受けて1ポイント、自分で健康習慣の目標を立てて1カ月間取り組むことで1ポイントの合計3ポイントが貯めると、素敵な特典が当たる抽選に応募できます。



## 講座・イベント 参加ポイント対象例

市ホームページ(下二次元コードから読み取り可)からダウンロードできます。

健康・運動に関する講座やイベントなどに参加して1ポイント、健(検)診を受けて1ポイント、自分で健康習慣の目標を立てて1カ月間取り組むことで1ポイントの合計3ポイントが貯めると、素敵な特典が当たる抽選に応募できます。

詳しくは、市ホームページ(下二次元コードから読み取り可)からダウンロードできます。

▽ポデイバランス測定会  
▽イオンモール伊丹(藤ノ木)・イオンモール伊丹昆陽(池尻4)で開催する健康フェア  
▽いきいき健康大学▽健康に関する出前講座▽病院などで開催する健康講座▽薬局などで開催するまちかど測定会(体組成測定会)▽オンラインで視聴する講座

## 健(検)診情報を確認！

### 健診べんり帳



「健診べんり帳(左写真)」は、本市が実施する健診・がん検診などをまとめた冊子です。特定健診や各種がん検診の日程、実施医療機関、申込方法などを掲載しています。

健診べんり帳は4月下旬から市保健センター▽市役所▽各支所・分室で配布します。また、市ホームページ(二次元コードから読み取り可)からダウンロードできます。



## 健(検)診 ポイント 対象例

市で実施している健(検)診や職場の健康診断、人間ドックなど。



【市内医療機関で受診】事前に受診時間などを市内実施医療機関にお問い合わせください。

【集団健診で受診】日程は左表の通り。

【市国保特定健診】▽検査項目：心電図検査、血液検査、尿検査、血圧測定、身体測定、診察、問診、65歳以上は「もの忘れ・フレイル検査質問票」によるチェック▽対象：市国民健康保険加入者で、昭和60年3月31日以前生まれの人。無料。

【後期高齢者健診】▽検査項目：肝臓ウイルス検査・がん検診の受診は市内実施医療機関へ問い合わせの上、直接、各実施医療機関へ。満65歳以上は無料。

## 広報アンケート結果公表

本紙2月15日号で実施した広報アンケートの結果は下表の通りです。回答数は362件でした。この結果を今後の広報活動に役立てていきます。

市広報・シティプロモーション課Tel.784-8010

質問	回答			
	とても満足	まあまあ満足	やや不満	不満
広報紙の満足度	30.4%	65.5%	3.6%	0.6%
広報紙の発行についての希望	月1回、情報量多	月2回、タイムリー	その他・無回答	
市ホームページでよく利用する情報	市政情報	くらしの情報	イベント・観光情報	各種手続き・申請方法
伊丹市ポータル「いたみん」の利用	よく利用する	たまに利用する	ほとんど利用しない	利用したことがない
エフエムいたみの利用	よく聴く	たまに聴く	ほとんど聴かない	聴いたことがない
ケーブルテレビ「伊丹だより」の利用	よく視聴する	たまに視聴する	ほとんど視聴しない	視聴したことがない
インターネットに接続されたパソコンの利用	ある。使っている	あるがほとんど使っていない	ない	無回答
ラジオの利用	ある。使っている	あるがほとんど使っていない	ない	無回答
携帯電話、スマートフォンなどの利用	スマートフォンを使っている	スマートフォン以外の携帯電話を使っている	タブレットなどを使っている	使っていない
SNSの利用	Facebook	X(旧Twitter)	YouTube	LINE

## 肝臓ウイルス検査 がん検診

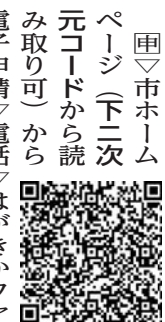
【大腸がん検診】対象は昭和60年3月31日以前生まれの人(治療中の人除く)。受診料600円。

【前立腺がん検診】対象は昭和50年3月31日以前生まれの男性(治療中の人除く)。受診料千円。

【子宮頸がん検診】対象は平成17年3月31日以前生まれの女性(治療中の人除く)。受診料千円。

## 胃がん 肺がん検診

【胃がん検診】対象は昭和60年3月31日以前生まれの人(妊娠中や放射線治療中などの人除く)▽喀たん検査(肺がん検診とセット) 50歳以上31日以前生まれで喫煙指数(1日当たりの本数×年数)が60以上である人(過去における喫煙者含む)。容器は事前に送付。当日の問診の結果、受診できない場合もあります。



【受診料】▽胃がん検診 500円  
▽肺がん検診 100円▽喀たん検査 400円。満65歳以上は無料。

肺がん検診に併せて、アスベスト関連疾患検診も受診できます。

【検査車受診】日程と会場は上表で確認を。定員あり。

【市役所】市役所ホームページ(下二次元コードから読み取り可)から電子申請▽電話▽はがきから(ふりがな、性別、生年月日、電話番号、希望する健(検)診名、受診希望日(第2希望まで)集団健診は被保険証番号、追加検査・検診名を書いて、〒664-0898伊丹市立保健センター健診・健康づくり担当へ。先着順。

健(検)診日の約10日前に案内を送付します(第1希望日の予約が取れない場合のみ担当から連絡)。