



受診して安心♥特定健診

毎年、特定健診を受診すると、昨年度と今年度の結果を比較することができます。悪くなってしまった数値があれば、異常値でなくても生活習慣を見直しましょう。

特定健診の結果で保健指導の対象となった方は、管理栄養士等の訪問による一人ひとりに合った、健康アドバイスを受けることができます。

特定健診を受診するだけでなく、検査結果を生活習慣の改善に活かしましょう。※「要医療」の結果が出た場合は、早めに医療機関を受診しましょう。



令和元年度 総合健診・集団健診 日程表(7～9月分)

日程	受付時間	会場	健診内容・対象者
7月11日(木)	9:30～11:00、13:30～15:00	桂	<ul style="list-style-type: none"> 生活習慣病予防健診 → 18～39歳の方 特定健診 → 40～74歳の国保加入者 大腸がん検診 → 40歳以上の方 肺がん検診 → 40歳以上の方 前立腺がん検診 → 50歳以上の男性 肝炎ウイルス検査 など 受診方法等の詳細は、健康保険課 健康増進グループまでお問い合わせください。
13日(土)	9:30～11:00、13:30～15:00	常北	
8月1日(木)	9:30～11:00、13:30～15:00	常北	
2日(金)	9:30～11:00、13:30～15:00	常北	
7日(水)	7:30～11:00(胃がん検診あり)	七会	
8日(木)	9:30～11:00、13:30～15:00	七会	
22日(木)	9:30～11:00、13:30～15:00	常北	
23日(金)	【夜間健診】 17:00～20:00	常北	
9月11日(水)	9:30～11:00、13:30～15:00	常北	
12日(木)	9:30～11:00、13:30～15:00	常北	
13日(金)	9:30～11:00、13:30～15:00	常北	



※「桂」は桂公民館、「常北」は常北保健福祉センター、「七会」は七会保健福祉センターを表します。

問合せ 健康保険課 健康増進グループ(常北保健福祉センター内) ☎029-240-6550

スマートフォンであなたの健康をサポートするアプリがスタートしました！ 茨城県公式アプリ「元気アップ！りいばらき」

茨城県は、県民の健康づくり活動の推進のため、スマートフォン用アプリ「元気アップ！りいばらき」で健康づくり活動にポイントを付与し、景品・サービスなどと交換できる“いばらきヘルスケアポイント”を運用しています。アプリをダウンロードして、積極的に健康づくりに取り組みましょう！



●ポイント付与メニュー(ポイントが付与される健康づくり活動)

ウォーキング3,000歩で3ポイント、シルバーリハビリ体操教室に参加で10ポイント、各種健診の受診で300ポイント(がん検診受診は50ポイント)等

●貯めたポイントに応じて景品のランクが上がります。

8,000ポイントでゴールドランクになり、県産品などの景品が抽選で当たります。

アプリのダウンロード方法：アプリストアから検索してダウンロード

元気アップ！りいばらき

※アプリの利用は無料です。通信料は自己負担となります。



問合せ ○アプリに関すること 元気アップ！り運営事務局 ☎0570-077-122
○事業に関すること 県保健福祉部 健康・地域ケア推進課 ☎029-301-3229