

ふれデイ通信

「健康診断を受けよう」編

【第22号 令和7年3月発行】

【発行元】

社会福祉法人 鳥取市社会福祉協議会

地域支え合い支援課 ふれあいデイサービス担当 (矢延・高土居)

〒680-0845 鳥取市富安二丁目 104-2(さざんか会館 1階)

TEL: (0857) 24-3180

うららかな好季節がやってきました。皆さま、お健やかに過ごしてでしょうか。今回は、毎年受診して頂きたい定期健診に関する情報についてお知らせします。



定期健診について

定期的に健診を受けて健康状態を把握することは、様々な病の早期発見、治療に重要です。初期の病は自覚症状がないことも多く、いつの間にか進行してしまう危険があるからです。健診は健康なうちに受診してこそ意味があるため、健康寿命を延ばすためにもぜひ積極的に受診しましょう。

総合窓口:鳥取市保健所健診推進室 0857-20-0320(平日のみ)



鳥取市の定期健診(75歳以上の場合)



毎年6月頃に
受診券が郵送
で届きます



一般健診



がん検診も
一緒に受ける場合は
それも予約します

費用:500円(集団健診、医療機関とも同じ)
内容:身体測定、血圧測定、尿検査・血液検査
(脂質、血糖、肝機能、腎機能、尿酸など)・診察等



全ての健診で予約が必要です

※一般健診は、通常8,000円かかります

がん検診



集団検診

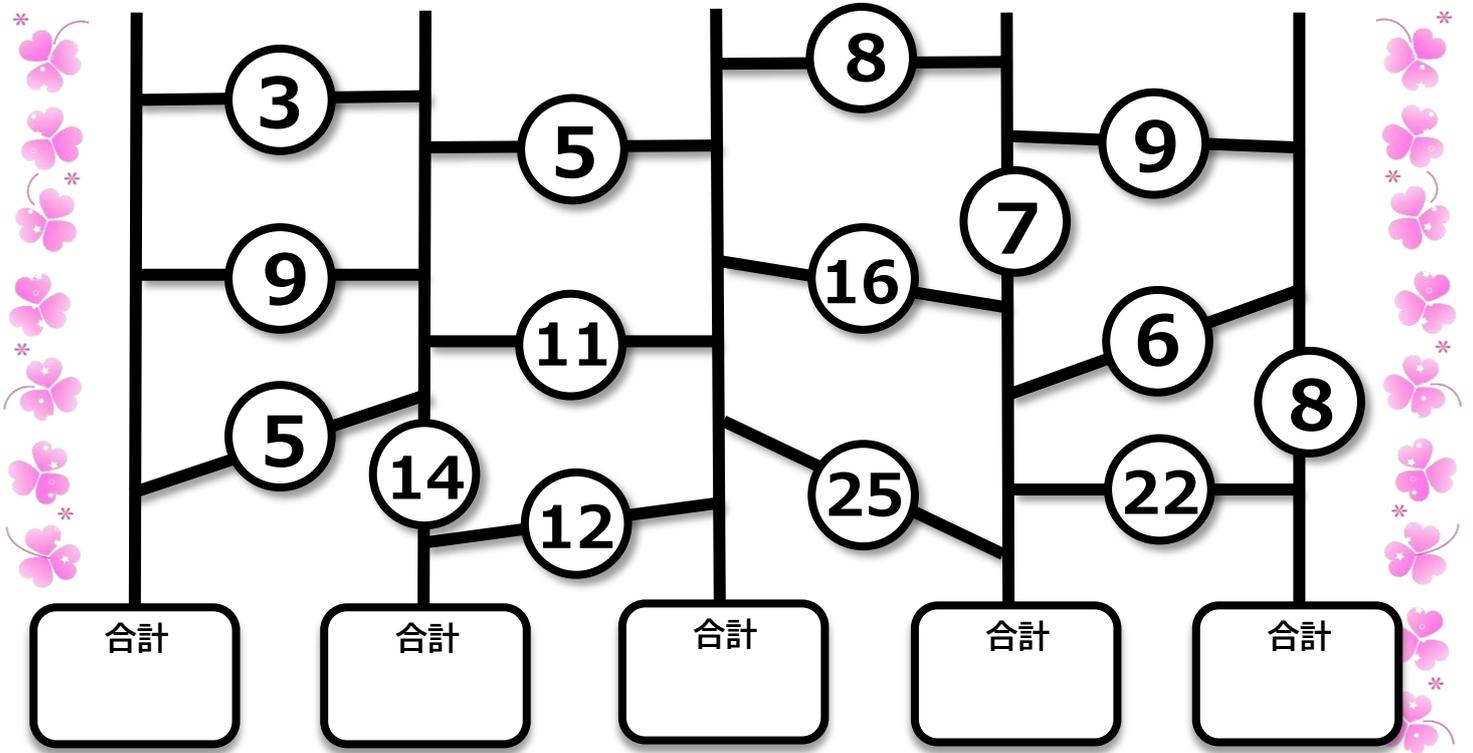
医療機関

肺がん・結核検診	無料(胸部レントゲン検査)	1,000円
大腸がん検診	200円(検便で便潜血検査)	500円
胃がん検診	500円(バリウム検査のみ)	2,000円 (胃カメラ/バリウム 選択)
乳がん検診	500円(マンモグラフィー)	1,300円
子宮がん検診	500円(子宮頸部細胞診)	1,500円 (体部同時は2,800円)

引用:鳥取市健診ガイド

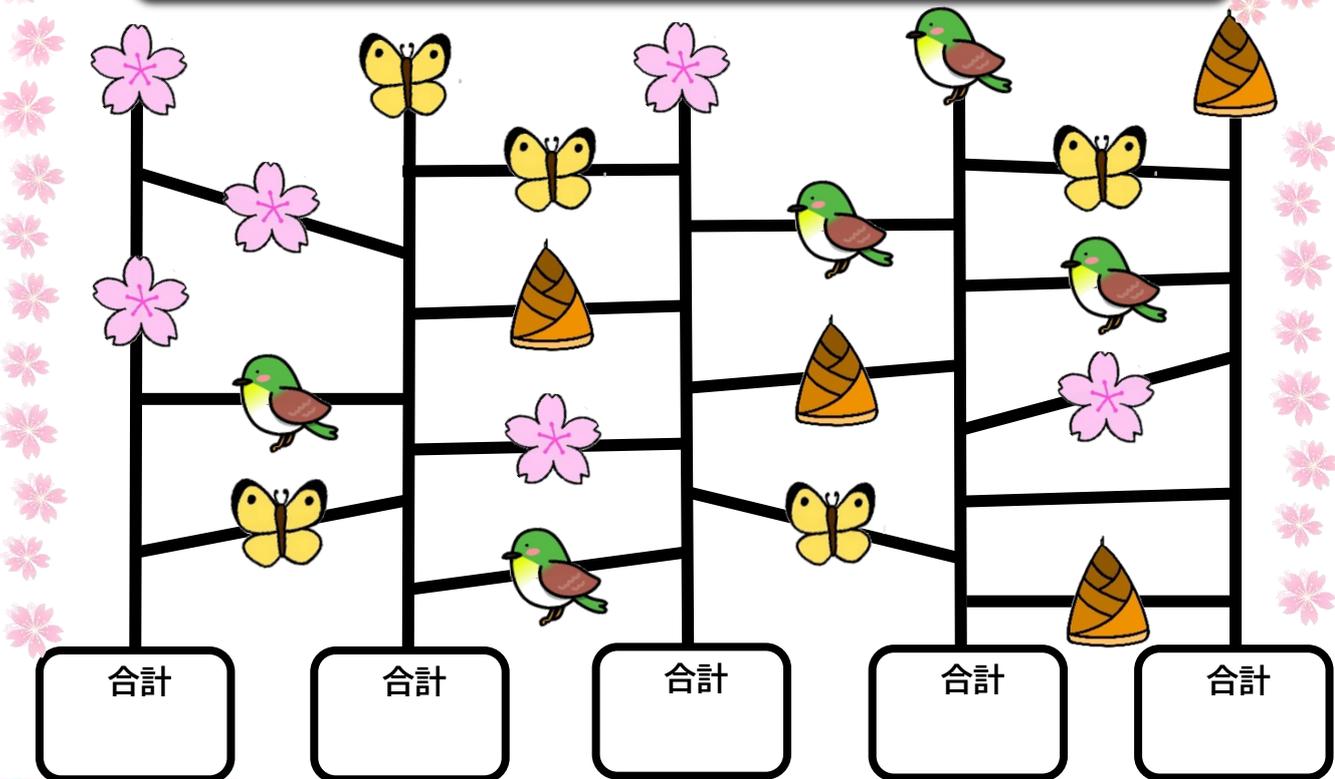
最近の健康状態が不明な方、未治療によるコントロールが不良な方、治療中断中の方など、年に1回の健診で健康状態を把握でき、病気の発症や重症化の前に機能の低下を防ぎ、生涯にわたる健康の保持、生活の質の維持や向上を図ることができます。結果として医療費や介護費の減少、フレイル予防にも繋がりますので、ぜひ健診を受診して日々を健やかに過ごしてください。

【脳トレ】あみだくじで下にたどりつくまでに通った数字をすべて足してみましよう~



あみだくじで下にたどり着くまで、イラストの数を足してみましよう~

2
 5
 8
 4



<https://www.tottoricity-syakyo.or.jp/>
 いねまのらむこ通信はじまりから

前回の解答

① ミ	② ソ	③ シ	ル
④ カ	バ	⑤ ナ	⑥
ン	⑦	ガ	⑧ ス
⑨	⑩	⑪	⑫

- ヨコのカギ
- ① 味噌が決め手
 - ④ バッグともいう
 - ⑤ 気体燃料
 - ⑦ 筆の形で生える
- タテのカギ
- ① 愛媛が有名
 - ② 手打ちが旨い
 - ③ 上級学校に進む
 - ⑥ 新鮮！回転

① オ	ハ	② ヨ	③ ウ
イ	④	カ	⑤
⑥	⑦	⑧	⑨
⑩	⑪	⑫	⑬

- ヨコのカギ
- ① 朝のあいさつ
 - ④ 直〇〇が働く
 - ⑤ 〇〇・ソバカス
 - ⑦ 漢字で無花果
- タテのカギ
- ① 美味い！
 - ② 余った暇な時間
 - ③ 深い知識、傾ける
 - ⑥ 〇〇の駅

① ト	②	③	④
ナ	⑤	⑥	⑦
⑧	⑨	⑩	⑪
⑫	⑬	⑭	⑮

- ヨコのカギ
- ① 豚肉のカツレツのこと
 - ④ 四つの季節のこと
 - ⑤ 雨の日にさす
 - ⑦ 夜のイカ釣り船の光
- タテのカギ
- ① サンタのそりを引く
 - ② 甘い間食
 - ③ 夜空に大きく輝く
 - ⑥ 七夕に飾る小型の竹

(A) (B) (C) (D)

(A) (B) (C) (D)

(A) (B) (C) (D)