

健康診査、検診を実施します

6月1日から、次の健康診査、検診を実施します。
10月以降は、大変混み合いますので、早めに予約・受診してください。
服薬・治療等をしている方は、実施医療機関に確認のうえ受診してください。
問い合わせ 健康センター ☎ 23-2191

特定健康診査、後期高齢者医療健康診査

実施期間 6月1日(土)～11月30日(土)
対象
▷特定健康診査…40～74歳の青梅市国民健康保険加入者
▷後期高齢者医療健康診査…後期高齢者医療制度加入者
健診内容
▷基本項目…身体計測(身長、体重、腹囲等)、血圧測定、血液検査(空腹時血糖、HbA1c、中性脂肪、LDL・HDLコレステロール、AST、ALT、γ-GT等)、尿検査(尿糖、尿たんぱく)ほか
▷詳細項目(該当者のみ)…心電図、眼底検査、貧血検査(ヘマトクリット値、血色素量、赤血球数)、腎機能検査(血清クレアチニン、eGFR)
▷青梅市独自の検査項目…痛風検査(尿酸)
費用無料
持ち物 市が発行する受診券(5月下旬に黄色のA4判封筒で送付)、被保険者証
受診方法 右表の医療機関で、予約方法を確認のうえ、受診してください。
その他 40～74歳の青梅市国民健康保険以外の健康保険組合等加入者は、加入している健康保険組合等が特定健康診査を実施します。受診方法等は、加入している健康保険組合等へお問い合わせください。

大腸がん検診、肝炎ウイルス検診

大腸がん検診
実施期間 6月1日(土)～12月7日(土)
対象 令和2年4月1日までに40歳以上となる市民
検診内容 便潜血検査(2日法)
費用 200円(検診当日、実施医療機関で支払い)
※生活保護受給者は、免除制度があります。
受診方法 右表の医療機関で、予約方法を確認のうえ、受診してください。



肝炎ウイルス検診
実施期間 6月1日(土)～11月30日(土)
対象 令和2年4月1日までに40歳以上となり、過去に肝炎ウイルス検診を受けたことがない市民
検診内容 血液検査(B型およびC型肝炎ウイルスの感染の有無を検査)
費用無料
受診方法 右表の医療機関で、予約方法を確認のうえ、受診してください。

健康保険に加入していない方の健康診査

健康保険に加入していない方(生活保護受給者等)の健康診査を実施します。
申し込み方法等の詳細は、健康センターへお問い合わせください。
実施期間 6月1日(土)～11月30日(土)
対象 令和2年4月1日までに40歳以上となる市民
健診内容 問診、身体計測、内科診察、血圧測定、検尿、血液検査等
費用無料
持ち物 生活福祉課(市役所1階)が発行する受診票

実施医療機関

所在地	医療機関名	電話	予約
西分町	田中医院 ※	22-2762	不要
住江町	笹本医院	24-3955	要
仲町	青梅医院	22-2043	不要
	大河原森本医院	22-2047	不要
大柳町	青梅三慶病院	24-7501	要
長淵	下奥多摩医院	22-2580	不要
	井上医院	24-2552	不要
	多摩リハビリテーション病院	24-3798	要
友田町	友田クリニック	25-1173	要
千ヶ瀬町	進藤医院	78-3111	要
大門	大門診療所	30-3636	要
野上町	荒巻医院	24-8561	要
今寺	東原診療所	33-9250	要
梅郷	梅郷診療所	76-0112	要
二俣尾	馬場医院	78-7651	不要
	二俣尾診療所	78-8981	不要
沢井	沢井診療所	78-8432	要
小曾木	小曾木診療所	74-5340	要
成木	青梅成木台病院	74-4111	要
東青梅	東青梅診療所 ※	25-8651	要
	小林医院	24-2819	不要
	林レディースクリニック	20-1887	不要
根ヶ布	土田医院	84-0801	要
師岡町	中島内科循環器科クリニック	20-2611	不要
新町	ゆだクリニック	30-0880	要
	千葉医院	32-5888	不要
	あさひ整形外科クリニック	32-4567	要
	新町クリニック ※	31-5312	要
	野本医院	31-7155	不要
	青梅順心眼科クリニック ※	31-4146	要
	桜井クリニック	22-3277	要
河辺町	丹生クリニック	20-0078	要
	坂元医院	21-0019	不要
	吉野医院	31-2350	不要
	なごみクリニック	31-8038	要
	河辺駅前クリニック	21-5588	要
	片平医院 ※	21-1741	不要
	藤橋	百瀬医院	31-3328
今井	武蔵野台病院	31-6632	要
	青梅今井病院	31-8821	要
	大堀医院	31-9098	不要

※印の医療機関には眼底検査機器がありますが、検査は医師の判断により行います。

食育一口メモ

5月17日は「高血圧の日」

高血圧と食塩摂取の関
係はよく知られており、
1日の食塩摂取目標量は
男性8g未満、女性7g
未満となっています。
5月17日の高血圧の日
は、西多摩地域で
は、男性の74%、女性の
69%、約7割の方が食塩
をとりすぎています。

を機に、減塩や禁煙など
生活習慣を見直し、6月
から始まる健康診査を受
けて健康管理に役立てま
しょう。
問い合わせ 健康セン
ター ☎ 23・2191

健診を受ける前に「健診活用講座」

日時 6月10日(月)
午後1時30分～3時10分
会場 健康センター
対象 40歳以上の青梅市
国民健康保険被保険
者、後期高齢者医療被
保険者
内容 健診を受ける前に
(食事、運動など)、実
習(市介護予防オリジ
ナル体操「梅っこ体
操」)
講師 管理栄養士、保健
師
定員 先着30人(予約制)

費用無料
服装・持ち物 動きやす
い服装、過去の健診
結果票(お持ちの方、
甘くない飲み物
申し込み 電話 ☎ 23・
2191で健康セン
ターへ

90分の運動教室 美姿勢ウォーキング

日時 6月12日(水)
午前9時40分～11時40分
会場 住友金属鉱山ア
リーナ青梅(総合体育
館)
対象 6月12日現在64歳
以下の市民
※高血圧症、心臓病、骨
関節疾患(腰痛、膝痛
を含む)の方は、必ず
医師の許可を受けて
ください。
講師 健康運動指導士
田中一葉氏 ほか
定員 先着40人(予約制)

費用無料
服装・持ち物 運動ので
きる服、室内用運動
靴、エアロマットまた
はバスタオル、甘くな
い飲み物
申し込み 電話 ☎ 23・
2191で健康セン
ターへ

市立総合病院おうめ健康塾 「認知症かもしれないと思ったら」

「ご自身、ご家族のサポート体制の豆知識」

2025年には人口の
30%が65歳以上になり、
それに伴い認知症100万人
時代がくると言われてい
ます。認知症は、忘れっ
ぼくなるだけの病気では
なく、認知機能の低下が
生活全般に影響を及ぼし
ます。「おかしいな」「認
知症かな」など、ご自身
やご家族が不安になった
とき、どこに相談するか
などの備えについてお話
します。

日時 6月26日(水)
午後2時～3時
会場 総合病院講堂(南
棟3階)
講師 リエゾン精神看護
専門看護師 野村智美
入場無料 直接会場へ
問い合わせ 総合病院
管理課庶務係 ☎ 22・
3191