



大地の恵みと伝統・文化にはぐくまれた郷土愛にあふれる、いきいきと暮らせるまち

# みなみ風



発行/新潟市南区役所  
編集/南区役所地域総務課  
〒950-1292 南区白根1235番地  
電話 025(373)1000(代表)  
FAX 025(373)2385

南区ホームページ <https://www.city.niigata.lg.jp/minami/> Eメール [chiikisomu.s@city.niigata.lg.jp](mailto:chiikisomu.s@city.niigata.lg.jp) (南区役所地域総務課)

南区の人口(令和3年3月末現在、カッコ内は前月比): 43,969人(-92) 男: 21,388人(-35) 女: 22,581人(-57) 世帯数 16,406世帯(+52) (住民基本台帳による)

## 40歳から 毎年受けよう 健康診断

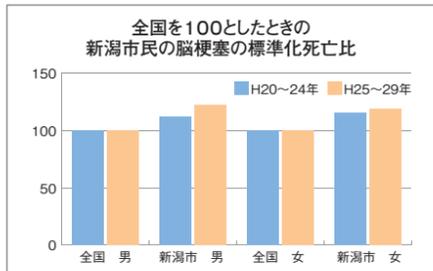
～「新しい生活様式」でも健やかに暮らす健康づくりを～ 健康福祉課 ☎372-6385



コロナ禍の生活は外出する機会が減り、運動不足から筋力が低下したり、生活リズムが乱れて体調を崩しやすくなったりします。こんな時だからこそ、年に1回の健康診断で体をチェックし、生活習慣病にならないようにしましょう。

### 新潟市民の特性

脳梗塞が原因で亡くなる人の割合が全国に比べて多く、年々増えている



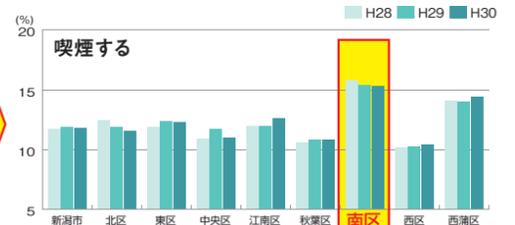
### 南区の健康課題

喫煙する人が多い  
毎日飲酒する人が多い  
運動習慣のない人が多い

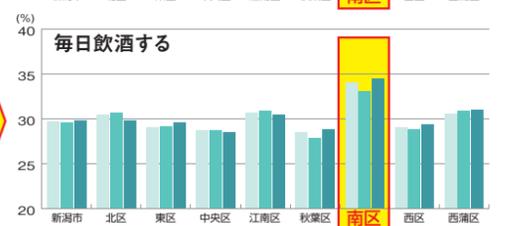
脳血管疾患をはじめとした生活習慣病は急に発症しません。早期発見・早期治療と生活の見直しが重要です。

### 南区民の3大習慣(健診時の質問票より)

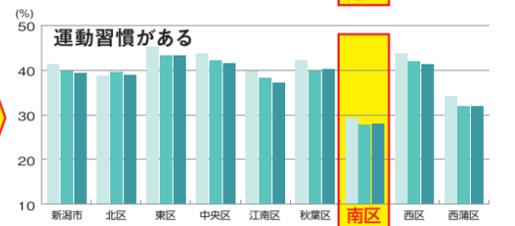
喫煙する人が他区より多い



毎日飲酒をする人が他区より多い



運動習慣のない人が他区より多い



### 健診を受けるには

#### 1 受診券を用意する

3月末に受診券を郵送しました。健康保険証が変わった人や職場などで検診の機会がないのに受診券が届いていない人は問い合わせてください。

市民税非課税世帯の人は事前の申請により無料となります。受診の2週間前までに健康福祉課に申請書を提出してください。

#### 受診券



封筒

案内冊子「検診いっ得?」

#### 2 受診する検診を決める

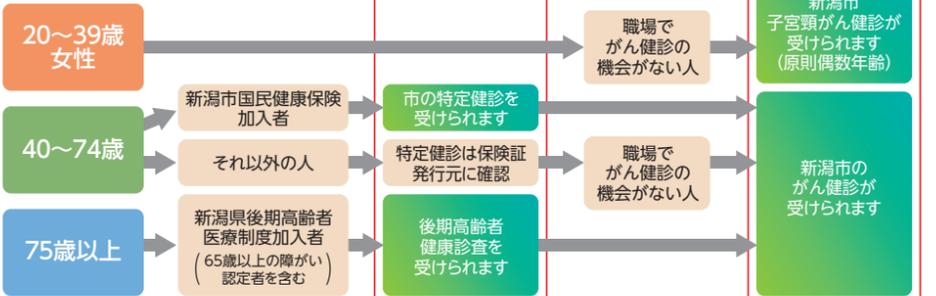
##### (1) 特定健診

身長・体重・腹囲の測定、血圧測定、尿検査、血液検査など  
¥40~59歳は500円、60歳以上は無料

##### (2) がん検診

①肺がん(結核)検診 ②胃がん検診 ③乳がん検診  
④子宮頸がん検診 ⑤大腸がん検診 ⑥前立腺がん検診  
⑦肝炎ウイルス検査 ⑧ピロリ菌検査  
対象年齢や料金などについては、受診券を確認してください。

あなたの受ける「新潟市の特定健診・がん健診」



※がん健診は、種類により別途対象年齢が定められているものがあります。詳しくは問い合わせください

#### 3 予約をする(受診日を決める)

- (1) 医療機関で受診する場合は、委託医療機関(「検診いっ得?」14ページ~)に予約
- (2) 肺がん集団検診は予約不要(「検診いっ得?」9ページ)
- (3) 胃がん・乳がん集団検診は要予約(「検診いっ得?」10・11ページ)
- (4) 南区ミニドック型集団健診は要予約(「検診いっ得?」12ページ)

#### 4 検診を受ける

持ち物: 受診券、健康保険証、自己負担金、個人記録票(胃・肺がん集団検診のみ)、質問票(特定健診のみ)

#### 5 結果を確認する

結果が届いたら、受診が必要な項目や経過観察が必要な項目がないか確認しましょう。

#### 6 精密検査を受ける

精密検査が必要な人は、早めに受診しましょう。

#### 7 健康相談会を利用する(基本毎月第3火曜日:午前)

保健師や栄養士が健康づくりについて一緒に考えアドバイスをします。相談は無料です。※4月の開催は20日(火)

申し込み方法や日程など、詳しくは案内冊子「検診いっ得?」を確認してください。

#### 風しん抗体検査

対象者: 昭和37年4月2日~昭和54年4月1日生まれの男性 ※検査を受けるにはクーポン券が必要(対象者には、令和2年4月にクーポン券をお送りしました。再発行などは問い合わせください)