



《令和2年度》

健康づくりガイドブック

保存版

このガイドブックは「健康診査」、「各種がん検診」や「予防接種」をはじめ、市が実施している健康づくり事業を紹介しています。

みなさんの健康づくりにお役立てください。

事業内容	説明内容	ページ
1. 成人検診 健康診査 特定健康診査 がん検診 肝炎ウイルス検診	検査内容	1
	受診時の注意	2
	対象年齢・検査料金	3・4
	検診実施医療機関一覧	5・6
	集団検診日程表	7・8
	国民健康保険・後期高齢者医療制度被保険者の方へ	9
2. クアオルト健康ウォーキング	日程表	10
3. 成人予防接種 インフルエンザ・肺炎球菌・風しん	対象者、料金表	11
	接種可能医療機関	12
4. 健康チャレンジポイント	参加申し込み方法・内容	13・14
	参加申込書	15

問い合わせ先	
国民健康保険・後期高齢者医療制度被保険者の健康診査や受診券について	新見市役所市民課 (TEL 72-6123) 〒718-8501 新見市新見310番地3 (本庁舎)
上記以外の内容について	新見市役所健康づくり課 (TEL 72-6129) 〒718-8501 新見市新見310番地3 (南庁舎)
	大佐支局地域振興課 (TEL 98-2111)
	神郷支局地域振興課 (TEL 92-6111)
	哲多支局地域振興課 (TEL 96-2111)
	哲西支局地域振興課 (TEL 94-2111)

※新型コロナウイルス感染症の影響により、日程が変更になることがありますので、あらかじめご了承ください。

日程については、市報にいきみ、市ホームページでご確認をお願いします。

新見市

成人検診の検査内容

集団検診（各地区で行う検診）

総合検診（下記①②④⑤⑦⑧⑨の検診を実施） …詳細は7ページに記載

女性のがん検診（下記⑩⑪の検診を実施） …詳細は8ページに記載

個別検診（市内の各医療機関で行う検診）

令和2年6月1日（月）～令和3年1月30日（土）

…実施医療機関と実施できる検診は5ページに記載（要予約）

国保・後期高齢者人間ドック（指定の医療機関で行う検診）

令和2年6月1日（月）～令和3年1月30日（土）

検 診 名			内 容
①健康診査			問診、身体計測（身長・体重）、尿検査、血圧測定、内科診察、血液検査（HDLコレステロール、LDLコレステロール、中性脂肪、肝機能検査、血糖検査、腎機能検査）、その他医師判断により貧血検査
②特定健康診査			問診、身体計測（身長・体重・腹囲）、尿検査、血圧測定、内科診察、血液検査（HDLコレステロール、LDLコレステロール、中性脂肪、肝機能検査、血糖検査、腎機能検査）、その他医師判断で貧血検査、心電図、眼底検査を追加
③国保・後期人間ドック	基本コース	短期ドック	問診、身体計測（身長・体重・体脂肪率・腹囲）、視力、聴力、尿検査、便検査、血圧測定、内科診察、血液検査（HDLコレステロール、LDLコレステロール、中性脂肪、肝機能検査、血糖検査、腎機能検査、尿酸）、貧血検査、心電図、眼底検査、腹部超音波検査、胸部レントゲン検査、胃レントゲン検査
		脳ドック	問診、MRI、MRA
	追加コース	乳がん検診	視触診、マンモグラフィー検査
		子宮頸がん検診	内診、細胞診
		前立腺検査	PSA（血液検査）
④結核・肺がん検診			問診、胸部エックス線検査
⑤胃がん検診			問診、胃部エックス線検査または胃内視鏡検査 （胃内視鏡検査は個別検診のみで、受診間隔は2年に1回です）
⑥胃ABC検診			問診、血液検査
⑦大腸がん検診			問診、便潜血反応検査
⑧前立腺がん検診			問診、血液検査
⑨肝炎ウイルス検診			問診、血液検査
⑩子宮頸がん検診			問診、内診・細胞診
⑪乳がん検診			問診、視触診・マンモグラフィー検診
⑫歯周疾患検診			問診、歯周組織検査
⑬骨粗鬆症検診			問診、骨量測定

受診時の注意

◆検診全般

- * 自覚症状がある場合は、検診ではなく医療機関を受診してください。
- * 生活習慣病（高血圧症、糖尿病、脂質異常症等）で通院中の方も通院時に検査しない項目も健診にありますので、健康管理のためぜひ受診してください。
- * がん検診は、対象年齢の新見市民ならどなたでも受診できます。
- * 問診票は編刷していません。集団検診を受診される方には、対象地区の検診が近づきましたら、愛育委員等が配布します。また、検診実施医療機関や市役所各支局・市民センターにあります。
- * 成人検診の問診票は必ず記入してご持参ください。
- * 前年の検診結果、健康手帳、血圧手帳をお持ちでしたら、ご持参ください。

◆大腸がん検診容器、検尿容器

- * 検便容器と検尿容器は、各地区の集団検診前に愛育委員が希望者に配付します。また、市役所本庁舎・南庁舎、各支局・市民センターにもあります。なお、個別検診を受ける場合は、各医療機関へお問い合わせください。
- * 今年配付した検便容器以外での検体提出は、容器の有効期限が切れているため受付できません。

◆40歳以上の方は特定健康診査・健康診査を受診される際には下記の受診券をご持参ください。

**40歳以上の
国民健康保険加入者**

**後期高齢者医療制度
被保険者**

〒718-0016
新見市金谷640-1
新見 花子 様

健康診査を受診する際に必要な受診券が入っています。
必ず記載事項をご確認いただき、健診の際にご持参ください。

新見市役所
市民課国保年金係

左のような封筒で
5月末頃受診券が届きます。
**検診に必ず持ってきて
ください。**

料金後納
郵便
重要



◆検診を受診されるまで、大切に保管してください！

- * 国民健康保険以外(他保険)の被扶養者で、特定健康診査の受診を希望される場合は、各自が加入している保険者にお問い合わせください。
- * 国民健康保険・後期高齢者医療制度被保険者の方は9ページをご確認ください。

《令和２年度 新見市成人検診について》

- * 集団検診、個別検診、人間ドックのいずれかの検診方法を選んで受診してください。
- * 個別検診及び人間ドックの実施期間は、令和２年６月１日～令和３年１月３０日です。
- * 国民健康保険及び後期高齢者医療制度加入者以外の方で、特定健康診査、人間ドックを受診される方は、加入している保険者にお問い合わせください。
- * がん検診は、健康保険の種類に関係なく対象年齢であれば、受診できます。
- * 節目検診の対象者には５月末頃に通知します。
- * 年齢は、令和３年３月３１日現在の年齢です。

【対象者・料金】

【持参物】※クーポン券は該当者のみです。

２０歳～３９歳

保険証

問診票

料金

クーポン券

	健康診査		結核・肺がん 検診	胃がん 検診	大腸がん 検診	子宮頸がん 検診	
	集団	個別	集団検診のみ			集団	個別
国民健康保険加入者	無料	無料	無料	2,400円	1,200円	1,100円	2,200円
国民健康保険加入者以外	2,600円						

節目検診	年齢	対象生年月日
子宮頸がん検診無料クーポン券	２１歳	平成１１年４月２日～平成１２年４月１日
	２６歳	平成１６年４月２日～平成１７年４月１日

４０歳～４９歳

保険証

問診票

料金

受診券

クーポン券

●特定健康診査および人間ドック

(国民健康保険加入者)

*** ４１歳の方は短期ドックが無料になります。**

特定健康診査	人間ドック				
	短期ドック	脳ドック	乳がん検診	子宮頸がん検診	前立腺検査
無料	9,240円	6,600円	1,320円	990円	660円

●がん検診

	結核・肺がん 検診	胃がん検診	大腸がん 検診	前立腺がん 検診	子宮頸がん 検診	乳がん検診	肝炎ウイルス 検診
集団	無料	1,200円	600円	800円	1,100円	1,600円	800円
個別	1,000円	3,300円	800円	800円	2,200円	2,000円	800円

節目検診	年齢	対象生年月日	自己負担額
胃ABC検診	４１歳	昭和５４年４月２日～昭和５５年４月１日	無料
歯周疾患検診	４０歳	昭和５５年４月１日～昭和５６年３月３１日	1,300円
骨粗鬆症検診（女性のみ）	４５歳	昭和５０年４月１日～昭和５１年３月３１日	1,400円
	４６歳	昭和４９年４月２日～昭和５０年４月１日	無料

50歳～69歳

保険証

問診票

料金

受診券

●特定健康診査および人間ドック

(国民健康保険加入者)

特定健康診査		人間ドック				
集団	個別	短期ドック	脳ドック	乳がん検診	子宮頸がん検診	前立腺検査
1,300円	1,800円	9,240円	6,600円	1,320円	990円	660円

●がん検診

	結核・肺がん 検診	胃がん検診	大腸がん 検診	前立腺がん 検診	子宮頸がん 検診	乳がん検診	肝炎ウイルス 検診
集団	無料	1,200円	600円	800円	1,100円	1,600円	800円
個別	1,000円	3,300円	800円	800円	2,200円	2,000円	800円

節目検診	年齢	対象生年月日	自己負担額
歯周疾患検診	50歳	昭和45年4月1日～昭和46年3月31日	1,300円
	60歳	昭和35年4月1日～昭和36年3月31日	
骨粗鬆症検診 (女性のみ)	50歳	昭和45年4月1日～昭和46年3月31日	1,400円
	55歳	昭和40年4月1日～昭和41年3月31日	
	60歳	昭和35年4月1日～昭和36年3月31日	
	65歳	昭和30年4月1日～昭和31年3月31日	

70歳以上

保険証

問診票

料金

受診券

●特定健康診査・健康診査および人間ドック

(国民健康保険加入者、後期高齢者医療制度加入者)

特定健康診査		人間ドック				
集団	個別	短期ドック	脳ドック	乳がん検診	子宮頸がん検診	前立腺検査
無料	900円	9,240円	6,600円	1,320円	990円	660円

●がん検診

	結核・肺がん 検診	胃がん検診	大腸がん 検診	前立腺がん 検診	子宮頸がん 検診	乳がん検診
集団	無料	無料	無料	800円	無料	無料
個別	300円	1,100円	300円	800円	2,200円	800円

節目検診	年齢	対象生年月日	自己負担額
歯周疾患検診	70歳	昭和25年4月1日～昭和26年3月31日	無料
骨粗鬆症検診 (女性のみ)			

個別検診実施医療機関

○実施項目

医療機関名	所在地	電話番号	検診内容						
			特定 健診 健康 診査	肝炎 ウイルス 検診	がん検診				
					胃		大腸	結核・ 肺	前立腺
					レントゲン 検査	内視鏡 検査			
上江洲医院	石蟹60	76-1835	○	○			○	○	○
太田病院	西方426	72-0214	○	○		○	○	○	○
菅生診療所	菅生6382-4	88-8304	○	○			○		○
新見中央病院	新見827-1	72-2110	○	○	○	○	○	○	○
長谷川記念病院	高尾793-6	72-3105	○				○	○	○
湯川診療所	土橋2406	74-3180	○	○		○	○	○	○
吉田医院	高尾2487-20	72-7838	○	○	○		○	○	○
渡辺病院	高尾2278-1	72-2123	○	○	○	○	○	○	○
大佐診療所	大佐小阪部1470	98-2500	○	○			○	○	○
神代診療所	神郷下神代3946	92-6001	○	○			○	○	○
足立会館	足立3804-4	95-7011		○			○		○
高瀬診療所	神郷高瀬1226	93-5070		○			○		○
新郷診療所	神郷釜村1187-1	93-5003		○			○	○	○
油野診療所	神郷油野2004	95-7014		○			○		○
国際貢献大学校 メディカルクリニック	哲多町本郷1334-1	96-9188	○	○	○		○	○	○
哲西町診療所	哲西町矢田3604	94-9224	○	○	○	○	○	○	○

女性のがん検診実施医療機関

○実施項目

医療機関名	住 所	電話番号	子宮頸がん検診	乳がん検診
渡辺病院	高尾2278-1	72-2123	○	○
国際貢献大学校メディカルクリニック	哲多町本郷1334-1	96-9188	○	

人間ドック実施医療機関

○実施項目

医療機関名	住 所	電話番号	ドック		がん検診		
			短期	脳	子宮頸	乳	前立腺
新見中央病院	新見827-1	72-2110	○				○
長谷川記念病院	高尾793-6	72-3105		○			
渡辺病院	高尾2278-1	72-2123	○	○	○	○	○
倉敷平成病院	倉敷市老松町4-3-38	086-427-1111	○	○	○	○	○

※上記以外の追加検診は医療機関へ直接お問い合わせください。

特定保健指導実施医療機関

○実施項目

実施機関名	住 所	電話番号	動機づけ		積極的 支援
			支援	支援相当	
新見中央病院	新見827-1	72-2110	○	○	○
長谷川記念病院	高尾793-6	72-3105	○		
渡辺病院	高尾2278-1	72-2123	○		○
国際貢献大学校メディカルクリニック	哲多町本郷1334-1	96-9188	○	○	
哲西町診療所	哲西町矢田3604	94-9224	○	○	○
げんき広場にいみ	上市15-1	71-2168	○	○	○
新見市健康づくり課	新見310-3	72-6129	○	○	○

令和2年度 総合検診日程表【集団検診】

(健康診査、特定健康診査、肝炎ウイルス検診、結核・肺がん検診、胃がん検診、大腸がん検診、前立腺がん検診)

月	日	曜日	会場	対象地区	受付時間
8	4	火	新見市役所南庁舎	西方小学校区	全 日 程 8 時 か ら 9 時 30 分
	5	水		西方・高尾(思誠小学校区)	
	6	木		上市・福本	
	7	金		高尾小学校区・下熊谷	
	11	火		正田	
	12	水	熊谷市民センター	上熊谷・菅生	
	17	月	哲多総合センター	哲多支局管内	
	18	火			
	19	水			
	20	木	きらめき広場・哲西	哲西支局管内	
	21	金			
	24	月			
	25	火	おおさ総合センター	大佐支局管内	
	26	水			
	27	木			
28	金	神郷保健センター	神郷支局管内		
31	月				
9	1	火	土橋交流センター	草間・土橋・足見	
	2	水			
	3	木	豊永市民センター	豊永	
	14	月	新見市役所南庁舎	石蟹・長屋	
	15	火		新見・金谷	
	16	水			
	17	木			
	18	金			
	23	水	井倉市民センター	井倉・法曾	
	24	木	唐松市民センター	唐松	
	25	金	千屋市民センター	千屋	

令和2年度 女性のがん検診日程表【集団検診】

(子宮頸がん検診、乳がん検診、大腸がん検診)

月	日	曜日	受付時間	会 場	対 象 地 区
9	28	月	10:00～10:30	きらめき広場・哲西	哲西支局管内
			13:30～14:00		
	29	火	10:00～10:30	哲多総合センター	哲多支局管内
			13:30～14:00		
	30	水	10:00～10:30	神郷保健センター	神郷支局管内
			13:30～14:00	千屋市民センター	千屋
10	1	木	10:00～10:30	おおさ総合センター	大佐支局管内
			13:30～14:00		
	2	金	10:00～10:30	菅生市民センター	菅生
			13:30～14:00		
11	30	月	10:00～10:30	井倉市民センター	井倉
			13:30～14:00	豊永市民センター	豊永
12	1	火	10:00～10:30	土橋交流センター	草間・土橋・足見
			15:00～17:30		要予約
	2	水	10:00～10:30	12/2(水)は午前中のみの受付です。 ご注意ください！ 新見市役所南庁舎	新見
	3	木	10:00～10:30		
			13:30～14:00		唐松・熊谷
	4	金	10:00～10:30		
			13:30～14:00		石蟹・長屋
	7	月	10:00～10:30		正田・金谷
			13:30～14:00		福本・上市
	8	火	10:00～10:30		高尾(思誠小学校区)
			13:30～14:00		西方(思誠小学校区)
	9	水	10:00～10:30		高尾小学校区
			13:30～14:00		西方小学校区

※12月1日(火)15:00～の検診は、60歳以下の方限定で予約が必要です。

予約は11月2日(月)8:30から受付(連絡先:健康づくり課TEL:72-6129)を開始します。

※検診車への乗降が困難な方は、事故防止のため受診はご遠慮ください。

※当日の受診状況によっては、午後からの検査や別日をご案内する場合があります。

乳がん検診

- ◆ペースメーカーや豊胸術実施、妊娠、授乳中の方は受診できません。
- ◆時計、アクセサリ等の装飾品やエレキバンなどの磁気を発する物は身につけずにお越しください。
- ◆背筋が伸びない方はマンモグラフィがうまくとれないことがあります。
- ◆午前は60人まで、午後は70人まで受診できます。
- ◆視触診単独での受診はできません。
- ※重要:着脱しやすい服装でお越しください。

子宮頸がん検診

- ◆生理中や妊娠中の受診はさけてください。
- ◆午前・午後ともに各60～70人まで受診できます。

大腸がん検診

- ◆令和2年度より、女性のがん検診に併せて大腸がん検診も実施します。(男女は問いません。)

国民健康保険・後期高齢者医療 被保険者の方へ

◆国保・後期高齢者人間ドックの申込みについて

- ・新見市国民健康保険被保険者と後期高齢者医療制度被保険者を対象とした人間ドックについては、4月に各戸に配布しています「国保・後期高齢者人間ドックのご案内」をご覧ください。
- ・国保・後期高齢者人間ドック受診希望の場合は、「国保・後期高齢者人間ドックのご案内」の「人間ドック申込書」に記入して、希望する人間ドック実施医療機関にお申込みください。

◆20歳～49歳までの新見市国民健康保険被保険者には 特定健康診査（健康診査）の無料クーポン券が届きます。

- ＊対象者には5月末頃に個別通知が届きます。
- ＊集団検診（7ページ参照）、成人個別検診実施医療機関（5ページ参照）で受診することができます。

◆41歳の新見市国民健康保険被保険者は国保人間ドック （短期ドック部分）の自己負担額が無料になります。

- ＊対象者は昭和54年4月2日生～昭和55年4月1日生の人で、4月初旬に個別通知しています。

※人間ドックを申し込まれた方は ご注意ください。

新見市国民健康保険・後期高齢者人間ドックの受診者は、市の特定健康診査・健康診査を受診したことになりますので、重複して集団検診や個別検診を受けることはできません。

また、がん検診についても市の検診（集団検診及び個別検診）と重複して受けることはできません。

例：人間ドックで胸部エックス線や便検査を受けると、集団検診及び個別検診で肺がん検診や大腸がん検診を重複して受けることはできません。

若いから大丈夫！と安心せず、健診を受けて、健康の維持、疾病の予防に役立てましょう。



6月1日から開始！

- ◆新見市人間ドック実施医療機関以外の医療機関で人間ドックを受診した方は、市へ人間ドックの結果を提出すると粗品を進呈します。 詳細は市報にいみ6月号に掲載予定です。

問い合わせ先：市民課国保年金係（TEL 72-6123）

さあ歩こう!! クアオルト健康ウォーキング

「クアオルト健康ウォーキング」は、ドイツのクアオルト（療養地）で治療に利用されている“気候性地形療法”の手法を用い、日本の気候や自然環境に適合させた運動指導で、個人の体力に合わせた「無理しない」、「頑張らない」ウォーキングです。

皆さまの参加をお待ちしております。

- 実施日 第1水曜日、第3木曜日 ⇒ 新見富士コース
 第2水曜日、第4木曜日 ⇒ 満奇洞コース
 サンデーウォーキング（5月、8月、11月の最終日曜日）
 ※集合時間 8時45分（9時開始） 祝日、年末年始を除く。
- 参加費 1回300円

毎週ウォーキング（7月～12月） ※事前予約不要です

コース	月	実施日	集合場所
新見富士コース	7月	1日（水）	まんさく運動公園グラウンド横
満奇洞コース		8日（水）	ふれあいセンター満奇
新見富士コース		16日（木）	まんさく運動公園グラウンド横
新見富士コース	8月	5日（水）	まんさく運動公園グラウンド横
満奇洞コース		12日（水）	ふれあいセンター満奇
新見富士コース		20日（木）	まんさく運動公園グラウンド横
満奇洞コース		27日（木）	ふれあいセンター満奇
新見富士コース	9月	2日（水）	まんさく運動公園グラウンド横
満奇洞コース		9日（水）	ふれあいセンター満奇
新見富士コース		17日（木）	まんさく運動公園グラウンド横
満奇洞コース		24日（木）	ふれあいセンター満奇
新見富士コース	10月	7日（水）	まんさく運動公園グラウンド横
満奇洞コース		14日（水）	ふれあいセンター満奇
新見富士コース		15日（木）	まんさく運動公園グラウンド横
満奇洞コース		22日（木）	ふれあいセンター満奇
新見富士コース	11月	4日（水）	まんさく運動公園グラウンド横
満奇洞コース		11日（水）	ふれあいセンター満奇
新見富士コース		19日（木）	まんさく運動公園グラウンド横
満奇洞コース		26日（木）	ふれあいセンター満奇
新見富士コース	12月	2日（水）	まんさく運動公園グラウンド横
満奇洞コース		9日（水）	ふれあいセンター満奇
新見富士コース		17日（木）	まんさく運動公園グラウンド横
満奇洞コース		24日（木）	ふれあいセンター満奇

※令和3年1月以降の日程は、市報やホームページでお知らせします。

サンデーウォーキング（日曜日に開催するウォーキング） ※事前予約不要です

コース	月	実施日	集合場所
満奇洞コース	8月	30日（日）	ふれあいセンター満奇
新見富士コース	11月	29日（日）	まんさく運動公園グラウンド横

※大雨や気象警報発令の場合を除き雨天決行

成人予防接種のご案内

◆受診時の注意◆

- ・必ず予約をしてください。
- ・接種後まれに副反応が起こることがあります。
- ・予診票は医療機関にあります。
- ・このような時は、接種医または健康づくり課へご相談ください。
- ・体調のよいときに接種してください。
- ・各種助成券・無料券をお持ちの場合は、必ず持参してください。

●高齢者肺炎球菌予防接種

■対象となる生年月日等

大正 9年4月2日～大正10年4月1日	昭和10年4月2日～昭和11年4月1日	昭和25年4月2日～昭和26年4月1日
大正14年4月2日～大正15年4月1日	昭和15年4月2日～昭和16年4月1日	昭和30年4月2日～昭和31年4月1日
昭和 5年4月2日～昭和 6年4月1日	昭和20年4月2日～昭和21年4月1日	
昭和31年4月2日～昭和35年4月1日生まれの方で、心臓、腎臓若しくは呼吸器又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいがある方		

■接種期間 令和2年4月1日～令和3年3月31日

■助成の対象者 次の①～③すべてに該当する方

- ①上記の生年月日等に該当の方
- ②過去5年間、肺炎球菌予防接種を受けていない方
- ③過去に市の助成を受けて肺炎球菌予防接種をしたことがない方

■接種料 8,400円

■助成額 3,000円

■助成の受け方 接種前に助成券の交付申請をしてください。
申請窓口：健康づくり課・各支局・各市民センター・足立連絡所
※市役所総合窓口での受付は行いませんのでご注意ください。
申請に必要なもの：印鑑

●インフルエンザ予防接種

■対象者 65歳以上の方

■接種期間 令和2年10月1日～令和3年1月31日

■接種料 1,800円

■助成額 生活保護受給者：1,800円 市民税非課税世帯：900円

■助成の受け方 接種前に助成券（無料券）の交付申請をしてください。
申請窓口：健康づくり課・各支局・各市民センター・足立連絡所
※市役所総合窓口での受付は行いませんのでご注意ください。
申請に必要なもの：印鑑

●風しん抗体検査・予防接種

■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

■検査料・接種料 無料

■実施期間 平成31年4月1日～令和4年3月31日

■その他 抗体検査の結果、抗体のない方に対して予防接種を行います。
対象者には、無料券を送付しています。実施医療機関は、P12「成人予防接種実施機関」によらず、無料券に同封の案内をご確認ください。
詳細は、健康づくり課までお問い合わせください。

●風しん予防接種（任意接種）

- 対象者 妊娠を希望する女性とその家族等
- 助成額 接種料（医療機関で異なります）の一部を助成します。
MRワクチン：5,000円 風しんワクチン：3,000円
- その他 抗体検査の結果、抗体のない方に対して予防接種を行います。
詳細は、健康づくり課にお問い合わせください。

成人予防接種実施医療機関

医療機関	所在地	電話番号	高齢者 肺炎球菌 *3	インフル エンザ *3	風しん (任意接種)
上江洲医院	石蟹60	76-1835	○	○	
大佐診療所	大佐小阪部1470	98-2500	○	○	○
太田病院	西方426	72-0214	○	○	○
金田医院	大佐永富1617	98-2302	○	○	
神代診療所	神郷下神代3946	92-6001	○	○	○
国際貢献大学校メディカルクリニック	哲多町本郷1334-1	96-9188	○	○	○
菅生診療所	菅生6382-4	88-8304	○	○	○
高瀬診療所	神郷高瀬1226	93-5070	○	○	○
千屋診療所	千屋実1433	77-2003		○	
哲西町診療所	哲西町矢田3604	94-9224	○	○	○
長岡医院	高尾765-4	72-0046		○	
新郷診療所	神郷釜村1187-1	93-5003	○	○	○
新見クリニック*1	西方450	72-8183	○	○	○
新見中央病院	新見827-1	72-2110	○	○	○
長谷川記念病院	高尾793-6	72-3105	○	○	
山本医院 耳・鼻・のどクリニック*2	高尾2488-13	88-8190	○	○	
湯川診療所	土橋2406	74-3180	○	○	○
油野診療所	神郷油野2004	95-7014	○	○	○
吉田医院	高尾2487-20	72-7838	○	○	○
渡辺病院	高尾2278-1	72-2123	○	○	○
日南病院	日南町生山511-7	(0859)82-1235	○	○	
日野病院	日野町野田332	(0859)72-0351	○	○	
東城病院	東城町川東1463-1	(08477)2-2150	○	○	
瀬尾医院	東城町川東163-7	(08477)2-0023	○	○	
細川医院	東城町東城133-1	(08477)2-0054	○	○	

*1 新見クリニックが実施する予防接種は、通院患者のみを対象としています。

*2 山本医院が実施する予防接種は、訪問診療の患者のみを対象としています。

*3 表の医療機関のほか、岡山県内の実施医療機関でも接種ができます。詳細は、医療機関にご確認ください。

新規
参加者
大募集!

令和2年度 「にいみ健康チャレンジポイント」参加者募集



定員:200組500名
参加費無料

*参加申込者多数の場合は先着順となります

市内に住所を有する20歳以上(令和2年4月1日現在)の方なら誰でも参加可能!

申込期限:令和2年5月13日(水)～6月15日(月)必着
*ただし、定員に達しない場合は、延長する場合があります。

☆参加方法は3種類となっています。

今年度は、新規参加者(健康チャレンジポイント未達成の方含む)の要件が新たに加わります。

(注)新規参加者(健康チャレンジポイント未達成の方)とは、今までに健康チャレンジポイントに参加したが、一度も達成できなかった方

方法1)1人で参加(定員:50組50人)

*新規参加者の方のみ

方法2)2人ペアで参加(定員:100組200人)

*2人の内、必ずひとりとは新規参加者の方がいること

方法3)5人グループで参加(定員:50組250人)

*5人の内、必ず3人は新規参加者の方がいること

友人、家族、職場の
仲間と一緒に
参加しよう!



☆参加方法によって、商品券の金額が違います!

例えば…5人グループで参加し、全員達成すると1人3,000円の商品券と交換できます。

☆100ポイント達成したら、商品券と交換できます!

(ただし、2人ペア、5人グループで参加の場合は、ペアまたはグループ全員が達成することが条件となります)

参加方法	1人で参加	2人ペアで参加	5人グループで参加
商品券(1人につき)	1,000円	2,000円	3,000円

問い合わせ・申込み先

新見市健康づくり課

〒718-8501 新見市新見310-3(新見市役所南庁舎)

☎72-6129 FAX72-6613

Eメール kenkou@city.niimi.okayama.jp

申込書はP15へ

にいき健康チャレンジポイント対象活動一覧

番 号	ポ イ ン ト 名 称	ポイント数	上 限
1	はじめて参加（はじめてチャレンジポイントに参加した場合）	5	1回
2	健康ポイントアンケート記入提出	5	1回
3	ニッピーチャレンジ（体重、血圧、歩数等の記録を1か月以上継続して記録する）	20	1回
4	人間ドック	10	1回
5	健康診査（特定健診、後期高齢者健診、職場・学校での一般健診）	（いずれか1つ）	
6	医療機関での血液検査（特定健康診査の項目を満たしているもの）		
7	脳ドック	10	各1回
8	各種がん検診（胃・大腸・肺・子宮頸・乳・前立腺がん検診）	5	
9	新見市歯周疾患検診	（1検診につき）	
10	新見市骨粗鬆症検診		
11	がん検診精密検査受診	10（1検診につき）	
12	げんき広場にいきみの利用	10	5回
13	大佐海洋センターのプール利用	（1回につき）	
14	健康づくり課、介護保険課、市民課が実施する健康教室	10	10回
15	いきいき健康アップ支援事業・運動ふれあい地域づくり支援事業		
16	ラジオ体操講習会		
17	クアオルト健康ウォーキング		
18	新見市及び関連する団体が主催するスポーツ大会		
19	公民館での健康づくりに関係する活動※		
20	企業・団体での健康づくりに関係する活動※		
21	子育て広場での健康づくりに関係する活動※		
22	ラジオ体操の実施		

4～6
いずれか
ひとつの
受診を必
須とする

働き盛りや子育ての方に参加しやすい
取組を新規に追加しました!!

※18～20の活動へのポイント付与については、事前に主催者側へ対象となるか確認してください。

◇2および3の参加は必須とします。 ◇4～6のいずれかひとつの受診を必須とします。

NEW

① 20歳代・30歳代応援ポイント

☆20・30歳代の方全員に、5ポイント贈呈!

☆20・30歳代の方で、子宮頸がんを受診した場合、5ポイントを贈呈!

② クアオルト健康ウォーキング両コース参加でボーナスポイント

☆クアオルト健康ウォーキングで、新見富士コースと満奇洞コースにそれぞれ参加した場合。
クアオルト参加(10ポイント)×2回=20ポイントに加え

さらにボーナス
ポイントとして

ボーナス5ポイントを贈呈!=25ポイントをゲット!



令和2年度 にいみ健康チャレンジポイント参加申込書

※太枠内を記入してください。(記入漏れのないようにお願いします)

1.参加方法 希望される参加方法をひとつだけ○をしてください。

1人で参加

(新規参加者の方のみ)

2人ペアで参加

(2人之内、ひとりとは新規参加者)

5人グループで参加

(5人之内、3人は新規参加者)

2.参加される方の情報

	(ふりがな) 氏 名	性別	住 所	生 年 月 日	健康保険	申込代表者の電話番号 (昼間連絡がとれる電話番号)
申込者代表 ① 新規		男 女	〒 新見市	大正・昭和・平成 年 月 日	国 保 その他	(自宅・携帯)
② 新規		男 女	〒 新見市	大正・昭和・平成 年 月 日	国 保 その他	(自宅・携帯)
③ 新規		男 女	〒 新見市	大正・昭和・平成 年 月 日	国 保 その他	(自宅・携帯)
④ 新規		男 女	〒 新見市	大正・昭和・平成 年 月 日	国 保 その他	(自宅・携帯)
⑤ 新規		男 女	〒 新見市	大正・昭和・平成 年 月 日	国 保 その他	(自宅・携帯)

※1人で参加される場合は、「申込代表者」①欄に1人分の情報を記入してください。

2人で参加される場合は①②を、5人グループで参加される場合は①～⑤を記入してください。

新規または健康チャレンジポイント未達成の方は、番号の下の新規に○をつけてください。

3.希望する商品券

希望する商品券 どちらかに ○をしてください。

(ペア・グループで参加の場合は全員同じ商品券になります。)

たまがき券

まんさく券

申込期限 **6月15日(月) (必着)**

申 込 先

健康づくり課(新見市役所南庁舎)、各支局・市民センターへ持参
または健康づくり課にFAX、メール、郵送してください。

※電話での申し込みはできません。

新見市健康づくり課 〒718-8501 新見市新見310-3

FAX 72-6613 **E-Mail** kenkou@city.niimi.okayama.jp

申込代表者の方に、ガイドブックとポイント台紙を
6月22日(月)以降に郵送します。

申込者多数の場合は、抽選とさせていただきます。なお、抽選となった場合、
参加の決定はガイドブックとポイント台紙の発送をもってかえさせていただきます。

受 付 印	確認者印

登録番号／