

健康づくりに取り組んで **Okaya Pay** のポイント をもらってお店に行こう!

Okaya Pay

岡谷市が実施する対象事業に参加・受診することでポイントが貯まります!
Okaya Pay ポイントへ交換出来ます!

各健診受診ポイント

200Point

- 国保特定健診(健診データ提出者も対象となります。)
- 後期高齢者健診

人間ドック受診ポイント

200Point

- 国民健康保険加入者
- 後期高齢者医療制度加入者

がん検診等受診ポイント

各種がん検診等受診者
各100Point

【対象検診等】
胃がん・大腸がん・肺がん(エックス線・CT)・子宮頸がん
乳がん(マンモグラフィ・超音波)・ABC検診・肝炎ウイルス検査

講演会参加ポイント

各種講演会受講者を対象にポイント付与
各50Point

対象の講演会は、広報おかや等で随時お知らせいたします。
ぜひご参加ください!

国保運動療法教室 受講ポイント

200Point

詳しくは広報おかや等でお知らせいたします。

健康ポイントの交換方法



岡谷市が実施する対象事業に参加・受診等して引換券を入手してください。入手した引換券は、オカヤペイ取扱店(一部店舗を除く)にご持参ください。



オカヤペイ取扱店(一部店舗を除く)にポイント引換券をお渡しください。引換券に記載のポイント数をオカヤペイカードにお付けします。



ポイントで、即お買物!!
貯まったポイントは、取扱店ならどこでも、1ポイント1円換算で、すぐに現金同様にご利用いただけます。



取扱店など、詳しくは
Okaya Pay で検索!

特定健診を受けましょう(無料)

- 対象者 40歳以上の国民健康保険加入者
- 実施期間 6月1日(月)~11月30日(月) ※医療機関の休診日は除く
- 対象の方には、5月中に案内をお送りします。日程の詳細等は案内をご覧ください。

人間ドック助成制度について ★人間ドックを受ける費用の一部を市が助成します

- 対象者 ①岡谷市国民健康保険加入者で35~74歳の方(国保税に滞納がない世帯の方)
②岡谷市に住所がある後期高齢者医療制度加入者(市税及び保険料に滞納のない方)
- 助成方法 ①指定医療機関(下記※)での受診…受診日の2週間前から受付しますので、補助券の交付を受けてください。(持ち物:身分証明書)
※人間ドック指定医療機関:岡谷市民病院・諏訪湖畔病院・祐愛病院
②指定医療機関以外での受診…受診後に領収書と健診結果を添えて申請してください。(持ち物:領収書、健診結果、通帳、印鑑、身分証明書)
- 助成金額 日帰り…15,000円 1泊2日…30,000円

★人間ドックの助成と特定健診、両方は受けられませんのでご注意ください。

お問合せ先:医療保険課(内線1186<国保>、1179<後期>)

以下の節目検診は対象者全員に個別通知いたします。

◎各種歯科健康診査

※岡谷市内及び下諏訪町の歯科医院において予約制で実施

■実施期間 / 8月~3月(妊婦歯科健康診査は通年実施)

《成人歯科健康診査》

●対象者 / 令和8年度中に20、30、40、50、60、70歳になる方

■自己負担金 / 620円(70歳は無料)

《妊婦歯科健康診査》※母子健康手帳発行時にご案内いたします。

●対象者 / 妊娠している方(妊娠中1回)

■自己負担金 / 620円

《緑内障検診》

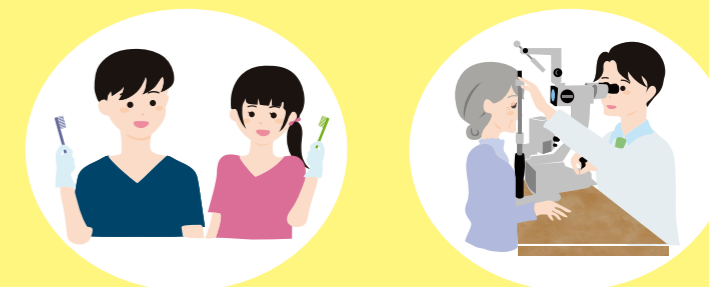
●対象者 / 令和8年度中に40、45、50、55、60、65歳になる方

■実施期間 / 7月~10月

■自己負担金 / 770円

- ・予約制で実施
- ・岡谷市民病院・林眼科醫院(予約不要)・春山眼科醫院

※節目検診の対象年齢は本年4月2日から翌年4月1日までに該当の年齢となる方を対象に通知いたします。



※実施期間終了間際は、予約等が取りにくくなりますので、早めの受診をお願いします。

健康相談のお知らせ

★秘密は厳守します。★健康相談・栄養相談・歯科相談

市では、電話や面接による相談を行っています。お気軽にご相談ください。

- 例えば ●血圧が心配… ●健診結果の見方を知りたい…
●食生活を見直したい… ●歯について相談したい…

- 会場 / 岡谷市保健センター ※健康手帳をお持ちの方は、ご持参ください。
 - 実施日 / 月曜日から金曜日(土日、祝日、年末年始は除く)
 - 予約受付時間 / 午前8時30分から午後5時15分まで
- ※面接をご希望の方は、予約制で実施いたしますので、事前にお電話ください。

お問合せ先 健康推進課 Tel 23-6141

女性のための健康相談

妊娠・出産にかかわる心配事、思春期や更年期の女性の健康に関する相談について、助産師が予約制の個別相談を行います。

面接(岡谷市保健センター)、電話、オンラインでの相談対応ができます。一人で悩まずご相談ください。

(予約受付時間)月曜日から金曜日(土日、祝日、年末年始は除く)
午前8時30分から午後5時15分



または
こちらから▶

予約受付 健康推進課 Tel 23-6141

個人情報の取扱いについて

岡谷市の健康診査事業は、(一社)岡谷市医師会等に委託して実施しております。受診者の情報は、健康診査の実施にあたり、個人特定のための情報管理・委託業務における情報提供・会計事務・精密検査結果把握等、健診の目的に利用します。健診以外の目的には一切利用せず、プライバシーが公開されることはありませんのでご安心ください。

キリトリ↓

裏面がハガキ(申込用紙)となっています。
切り取ってお使いください。

申込期限
4月24日(金)

◎電話・FAXでの申込みも可能です。
住所・氏名・生年月日・電話番号・希望する検診等をお知らせください。
申込み先 岡谷市役所 健康推進課 保健予防担当
電話:23-4811(内線1183)
FAX:23-4825

山折り

郵便はがき

3948790

岡谷市幸町8番1号

岡谷市役所
健康推進課 行

料金受取人私

岡谷支店
承認
989

差出有効期間
2027年3月31日まで
切手を貼らずに
お出しください

