



40~74歳の方は特定健診を受けましょう!



特定健診(メタボ健診)は生活習慣病の予防を目的とした健診です。
近年、糖尿病など生活習慣病の人やその予備群が増え続けています。

【その1 特定健診を受けるには?】

〈国民健康保険の方〉

- 個別健診：10月31日(木)までに指定医療機関で受けてください。
お盆休み明けは混み合うのでお早めに。
※オレンジ色の封筒でお送りした「健康診査受診券」が必要です。
- 集団健診：下記の日程に空きがあります。ご希望の方は保険年金課 ☎(55)7119 へご連絡ください。



日にち	場 所
9月 8日(日)	八開総合福祉センター
9月25日(水)	立田北部地区防災コミュニティセンター
10月 2日(水)	西保地区防災コミュニティセンター
10月 9日(水)	立田南部地区防災コミュニティセンター
11月15日(金)	佐織保健センター

〈社会保険の方(会社に勤めている人やその家族など)〉

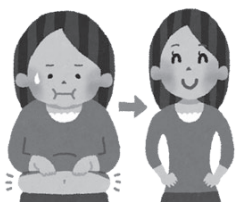
医療保険者から対象者へ受診案内がされます。詳しくは保険者へお問い合わせください。

【その2 健診を受けたあとは?】 結果説明会へお越しください。

健診結果の見方・具体的な健康づくりのアドバイスなど、生活習慣の改善や見直しに必要な情報をお伝えします。8月から12月までに8回開催します。ぜひご参加ください。開催日時・場所は、健診を受けた時(または結果返却時)にお渡しする案内をご覧ください。



【その3 特定保健指導の対象となった方は?】



動機付け支援はメタボリックシンドロームの予備群、積極的支援はメタボリックシンドロームの状態です。この状態を放置すると動脈硬化が進行し、心臓病や脳卒中などの病気を招く危険性がありますが、生活習慣の改善にとりかかれば、病気を発症する前に健康な体を取り戻せます。対象者には特定保健指導の案内を送ります。医師・保健師・管理栄養士などの専門職とともに生活習慣改善の目標を立てて、まずは3か月間取り組んでみましょう。

がんサポートほっとライン

☎052 (684) 8686

「がんの不安や悩みを聞いて欲しい」「地域の医療機関の情報を得たい」「がんの患者会に参加したい」「同じがんの体験者と話したい」など、電話相談を行っています。

▶開催日時/毎週火・木曜日、土曜日(月2回)

午前10時~正午(受付:午前11時30分まで)

午後 1時~ 4時(受付:午後 3時30分まで)

※ご予約は、問い合わせ先へ

問 NPO法人ミーネット事務局 ☎052(252)7277

(受付:火~土曜日 午前9時30分~午後5時)

がん検診・20代30代の

健康診査も

申し込み受付中!

8月~12月に実施する集団検診に空きがある日もあります。定員になり次第締め切りますので、申し込みがまだ済んでいない方は、お問い合わせください。

問 健康推進課(佐屋保健センター)

☎(28)5833