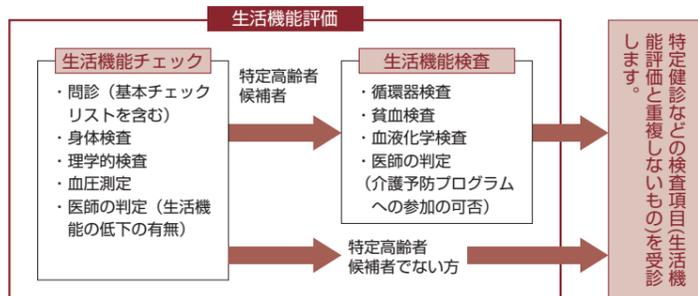


●生活機能評価と特定健診の関係



●総合健診の実施日程と会場

月日	実施場所	時間	実施地区
9月3日(水)	三住研修センター	9:00~10:00	三住
	不忘研修センター	11:00~11:30	不忘、蔵王
	川原子集会所	13:00~13:30	川原子
9月4日(木)	弥治郎集会所	14:30~15:00	鎌先、弥治郎
	明戸集会所	9:30~10:30	赤坂、湯元、明戸
9月5日(金)	八宮生活センター	13:00~15:00	八宮、芹沢、大綱
	上戸沢集会所	8:30~9:00	上戸沢
9月8日(月)	大熊公会堂	10:30~11:30	下戸沢、赤井畑、冷清水、大熊
	小原公民館	13:00~14:30	東、塩倉、中北、猿鼻、新町
9月9日(火)	滝下会館	9:00~11:00	滝上、尾篭、岩ノ上
		13:00~14:30	滝下
9月9日(火)	福岡公民館	9:00~11:00	沖
		13:00~15:00	上原、下原、山ノ下、山根
9月10日(水)	深谷公民館	9:00~11:00	西区上、西区下、南区
		13:00~14:30	東区、北区
9月11日(木)	大平公民館	9:00~11:00	大平1・2・7・8区
		13:00~15:00	大平3・1・3・2・4・5・6区
9月12日(金)	斎川公民館	9:00~11:00	斎川1・2・3・4・1・8区
		13:00~14:30	斎川4・2・5・6・7・1・7・2区
9月16日(火)	越河公民館	9:00~11:00	越河1・2・3・4・5・6区
		13:00~15:00	越河7・8・9・10区
9月17日(水)	犬卒都婆公会堂	8:30~9:30	白川6・7区、大鷹沢12区
	白川公民館	10:30~11:30	白川1・2区
9月18日(木)	大鷹沢4区集会所	13:00~15:00	白川3・4・5区
	鷹巣コミュニティセンター	9:00~10:00	大鷹沢4・5・6区
9月19日(金)	小下倉集会所	11:00~12:00	緑が丘
	大鷹沢公民館	14:30~15:00	小下倉
9月22日(月)	健康センター	9:00~11:00	大鷹沢1・2・3・7区
		13:00~15:00	大鷹沢8・9・10・11区
9月24日(水)	健康センター	9:00~11:00	城南の丘、大鷹沢田中
		13:00~15:00	南町、本町、中町
9月25日(木)	健康センター	9:00~11:00	田町
		13:00~15:00	長町、亘理町、短ヶ町、新町
9月26日(金)	健康センター	9:00~11:00	西益岡、中益岡、東益岡
		13:00~15:00	清水小路、寿町、本郷第4
9月29日(月)	中央公民館	9:00~11:00	柳町(1~13班)、小久保平
		13:00~15:00	本郷第2、本郷第3
9月30日(火)	中央公民館	9:00~11:00	寿山
		13:00~15:00	柳町(14~51班)、旭町
10月1日(水)	中央公民館	17:30~19:00	都合で受診できなかった方
		9:00~11:00	本郷第1、鷹巣
		13:00~15:00	上郡山第1、上郡山第2
		17:30~19:00	都合で受診できなかった方
		9:00~11:00	郡山
		13:00~15:00	都合で受診できなかった方

※指定日にご都合の悪い方は、どの会場でも受診できます。

●お問い合わせ先

- ①総合健診(国民健康保険加入者の特定健診) 健康推進課(健康センター内) ☎22-1362
※国民健康保険以外の方の、特定健診に関するお問い合わせ先は、各医療保険者となります。
- ②介護予防健診(生活機能評価) 長寿課・地域包括支援センター(総合福祉センター内) ☎22-1361

●結果通知について
結核検査結果は、精密検査の必要のある方に、本人あて直接郵送します。
特定健康診査および後期高齢者健康診査の結果通知の中に、「特定保健指導」の案内を同封する場合があります。
なお、採血には十分な注意を払っていますが、まれに内出血やはれ、痛みなどが生じることがあります。異常を感じた場合には、速やかに健康推進課までご連絡ください。

【介護予防健診(生活機能評価)】
特定健康診査と併せて、介護保険の要介護・要支援認定者を除く65歳以上の方を対象に、介護予防健診(生活機能評価)を実施します。
この健診は、高齢者の心身の健康状態や日常生活動作などをチェックし、要介護状態になる原因を早期に発見するための健診です。チェックした項目により、生活機能検査の受診が必要となる方(特定高齢者候補者)と、その必要がなく、特定健診のみを受診で良い方に分かれます。

本市から特定健康診査受診券を送付する方のうち、65歳以上の方には併せて「介護予防のため」の基本チェックリストを同封しますので、該当される方は必ずご記入の上、受診する会場にご持参ください。健診の結果、支援の必要性が高いと判定された方には、地域包括支援センターを通して、介護などに関する情報や介護予防サービスなどを提供する予定です。介護予防も老後を豊かに生きるための大切なポイントになります。皆さまのご協力をお願いします。

【健診は、日ごろの生活習慣を見直す絶好の機会です】
生活習慣病は突然発病するのではなく、発病の10年以上前から、その予兆を発見することができると言われています。健診を受診することで、発見に必要な情報を得ることができ、病気の予防につながります。
ご自分の健康を守るため、また、高齢化社会における医療費の増加を防ぐためにも、継続して受診することが大切です。皆さん、健診を受診して、大切なお体の健康を守りましょう。

- 総合健診を受診される皆さまへ
- ①受診の際は、ボタンやホックなどの付いていない肌着を着用してください。
 - ②尿は、検診会場に出掛ける前に採取してご持参ください。
 - ③血液検査は空腹状態で検査しますので、次の点に注意してください。
・午前の受診者：当日は、朝食を食べないでください。
・午後の受診者：当日は、朝食を食べないでください。
・午後の受診者：当日は、朝食を食べないでください。
 - ④前立腺がん検診・肝炎ウイルス検査は、検査結果が分かるまで、お体の健康を守りましょう。

- ⑤特定健康診査および後期高齢者健康診査を受診される方は、受診券(受診票)と健康保険証を必ずご持参ください。
- 結果通知について
結核検査結果は、精密検査の必要のある方に、本人あて直接郵送します。
特定健康診査および後期高齢者健康診査の結果通知の中に、「特定保健指導」の案内を同封する場合があります。
なお、採血には十分な注意を払っていますが、まれに内出血やはれ、痛みなどが生じることがあります。異常を感じた場合には、速やかに健康推進課までご連絡ください。

平成20年度総合健診

新しい健診制度がスタートします

本年も総合健診の時期となりました。本年度から、昨年まで本市が実施してきた基本健康診査に代わり、市民の皆さま一人ひとりが加入している医療保険者(国民健康保険や社会保険、健康保険組合、共済保険など)が実施する特定健診が始まります。また、介護予防を図るための生活機能評価も併せて実施。「生活習慣病の予防」と「介護予防」の実現に向けて、市民の皆さまのご理解とご協力をお願いします。

●総合健診の種別と内容

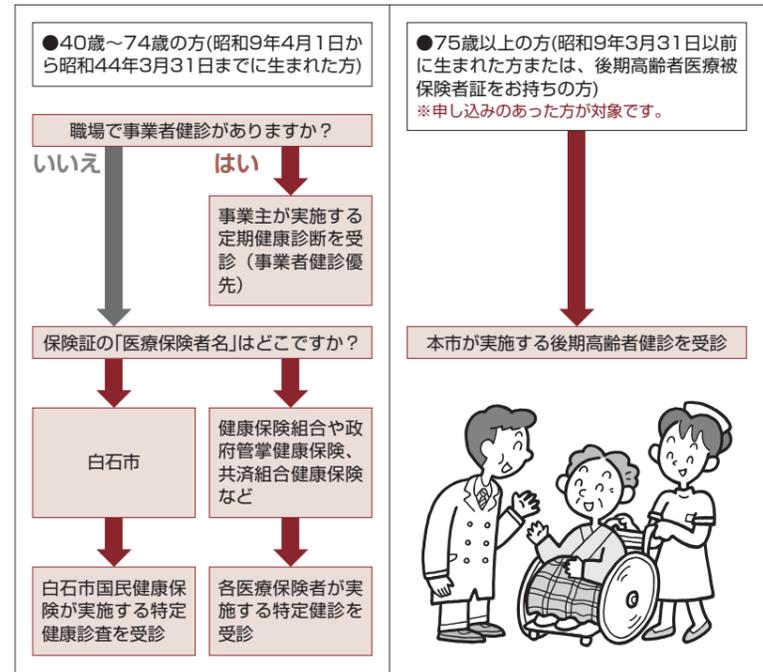
名称	対象者	受診料金	検査項目
特定健康診査	40歳~74歳の方	・40歳~69歳：1,500円 ・70歳以上：無料	尿検査、身体測定、腹囲計測、血圧測定、診察、肝機能・腎機能・脂質検査など
介護予防健診(生活機能評価)	介護保険の要介護・要支援認定者を除く65歳以上の方	無料	※特定健康診査と同時に実施(チェックリストを送付)
後期高齢者健康診査	75歳以上の方 ※申し込みのあった方	無料	尿検査、身体測定、肝機能・脂質検査など
結核検診	40歳以上の方	無料	胸部レントゲン検査
肺がん検診	①50歳以上で喫煙指数(1日の喫煙本数×喫煙年数)が600以上の方 ②40歳以上で6カ月以内に血たんのある方	・40歳~69歳：1,000円 ・70歳以上：無料	喀痰細胞診 ※たんを採取し、その中の細胞を検査します。
前立腺がん検診	50歳以上の男性	・50歳~69歳：500円 ・70歳以上：無料	PSA検査(血液検査)
肝炎ウイルス検査	①40歳の方 ②41歳以上で肝機能異常を指摘された方 ③これまでの定期検診を受けていない方	・40歳以上：1,000円 ・70歳以上：無料	血液検査(HCV抗体、HBs抗原検査)

健康的な生活を送るために、特定健診を受診しましょう。
健康な生活を送るために、特定健診を受診しましょう。
健康な生活を送るために、特定健診を受診しましょう。

【特定健康診査】
日本人の死因の3割を占めるという心疾患と脳血管疾患は、その多くが生活習慣病に起因していると言われています。
特定健康診査(特定健診)は、生活習慣病の前段階であるメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群、略称「メタボ」)の予防と改善を目的に行われるもので、各医療保険者が、40歳から74歳までの被保険者を対象に実施する健診です。

これまでは、対象となる方から通知文書をお送りする形で健診を実施していましたが、本年4月から、一人ひとりが加入している国民健康保険や社会保険などの、各医療保険者の通知に従って受診していただくことになりました。職場で事業者健診がある場合は、その定期健康診査を受診いただきますようお願いいたします(がん検診や結核検診などは、これまで通り本市が実施)。なお、国民健康保険以外の保険加入者の方(加入者本人を除く)でも、受診券に「お住まいの市町村でお受けください」との記載がある場合は、受診券と保険証をご持参いただければ、総合健診会場にて健診を受けることができます。
自らの生活習慣を見直し、健康的な生活を送るために、特定健診を受診しましょう。

●受診する健康診査のフローチャート



【特定保健指導】

特定健康診査の結果から、受診者を①メタボ該当、②メタボ予備軍、③メタボ非該当に分類し、①②の方を対象に特定保健指導を行います。内容は、生活習慣病の予防を目的とした、食事や運動面などの改善支援です。保健師や管理栄養士が健康づくりをサポートしますので、生活習慣の改善が必要とされた方は、継続した保健指導を受けて、病気を未然に防ぎましょう。

【後期高齢者健康診査】

高齢者の方の継続的な健康管理と、病気の早期発見を目的に実施します。対象となるのは、75歳以上の方(昭和9年3月31日以前に生まれた方または、後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方)で、健診費用は無料です。常日ごろからの健康管理が、生き生きと老後を過ごす重要な要素となります。ご自分の健康を守るため、ぜひ健診を受診してください。