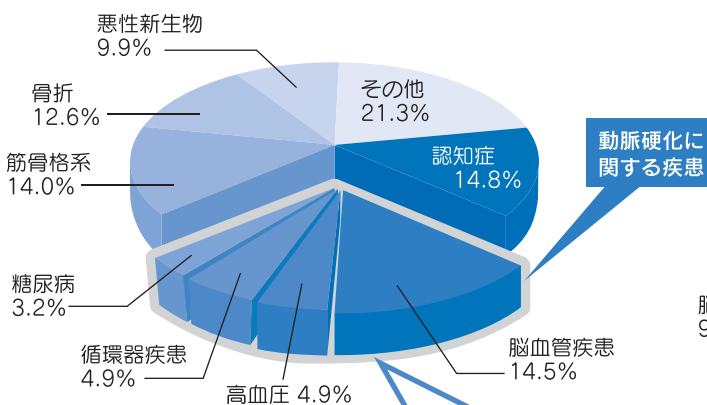


まだ間に合います！年に1度のからだの点検 3月31日までは、 県内の指定医療機関で特定健診が受けられます

《なぜ健診を受けるの？》

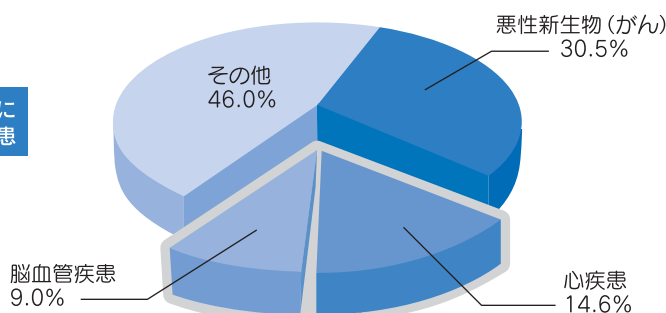
生活習慣病は、少し検査値が悪くなった程度では目立った症状が出ません。しかし、動脈硬化は着実に体に悪影響を及ぼし、日常生活が不自由になったり、生命の危険が出てきたりすることもあります。将来の夢や希望を実現できる自分であるためには、健診を受けて、体に「血管を傷める原因はないか」を確認し、症状が出る前に生活習慣を見直すことが大切です。

介護が必要になった原因疾患
(平成 24 年度鯖江市介護保険新規認定者)



血管のつまりは、寝たきり・介護の原因になります。

三大生活習慣病が全死亡数に占める割合
(平成 24 年鯖江市)



鯖江市の死因の4分の1は、動脈硬化に関する疾患です。がんも含めると、約6割の人が生活習慣病で亡くなっています。

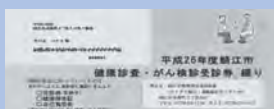
【特定健診料金(市国保加入者)】

- 40～64歳 1,000円
- 65～74歳 500円
- ※年度末年齢41・46・51・56・61歳の方は無料です。

無料クーポンは
3月末までが有効
期限です。

【持ち物】

- 健康診査受診券
- 医療保険者証
- 自己負担金



◎希望する指定医療機関に、必ず事前に電話等で確認して受診してください。

◎自費で人間ドックや職場の健診を受けた人は、結果を健康課に提出してください。

◎受診券およびクーポン券を紛失した人は、再発行しますので健康課まで連絡してください。

◎75歳以上の人は、指定医療機関に受診券を持って行くと無料で健康診査を受けることができます。(3月31日まで)

◎ちょっと お得情報◎

今回だけ！特定健診とあわせて減塩メニューの試食(無料)ができます。

【特別な健診日】(要予約)

日時：3月1日(日) 受付：午前8時30分～10時 場所：アイアイ鯖江

※がん検診(肺、大腸、胃、子宮、乳)が同時に受けられます。

※大腸容器提出の受け付けは3月12日(木)までです。忘れずに提出してください。

健診結果でメタボと言われたらどうしよう・・・

大丈夫です！健診後も安心でお得な“特定保健指導”を利用してください！

メタボとその予備群の人は、個々の健診結果と生活に合わせた生活習慣改善のための取り組みを、医師、保健師、管理栄養士等と一緒に考え、目標を実践できるよう6カ月間サポートします。対象者には、無料で専門家のサポートが受けられる「特定保健指導利用券」を送りますので、自覚症状がないうちに生活習慣病の芽を摘み取りましょう。

