

## 健診日は…

### あじさい健診は、9月6日(土)・8日(月)・9日(火)の3日間

過去3年間に同健診を受けている方には、町から案内通知を送付します。新規に受診を希望される方は、8月5日(火)までに、保険健康課まで電話などでご連絡ください。

### 特定健診は、9月4日(木)・5日(金)・6日(土)・8日(月)・9日(火)の5日間

対象者全員に、町から案内通知を送付します。

※託児は9月8日(月)・9日(火)に実施します。

※国民健康保険の特定健診をJ Aなどで受診されている方は、町の健診以外を受診されていることを、保険健康課まで電話などでご連絡ください。



## 健診はメリットがいっぱい！ぜひ受けてください！

同じ会場で歯や健康の相談ができます。また、後日、健診結果の説明会もあります。受診機会の提供だけでなく、その後のフォロー体制も充実！

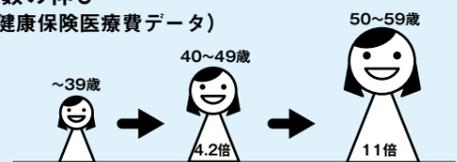


### ポイント1

自己負担額は少額

特定健診は一人当たり約9,500円の健診を1,000円の自己負担で受診できます。また、あじさい健診は、自己負担2,000円で受けられます。

年齢別にみた  
高血圧症の受診件数の伸び  
(平成25年度町国民健康保険医療費データ)



高血圧や糖尿病など生活習慣病といわれる病気は、生活習慣を見直すことで、予防や改善ができる病気です。病気にかかる前に予防することで、将来家計から出ていく医療費の節約にもつながります。

### ポイント2

将来にかかる医療費の節約

高血圧症で1か月にかかる医療費は約8,340円！  
※国民健康保険の医療費請求分のうち60歳未満の方の月平均

### 土曜日も健診を行います

3日間の健診日のうち1日(今年は9月6日)は土曜日開催です。平日は都合がつかない方もこの機会にご利用ください。

### 子ども連れOK!

特定日(今年は9月8日・9日)に託児を実施しています。出産後、健診を受けたことがない方、子どもがいるから健診に行けない方も、子どもを預けて安心して受けられます。



託児の様子

### ポイント3

保健センターでラクラク受診

健診は、保健センターで全ての内容を受診できます。また、平日仕事の方でも、子どものいる方でも受診できるように工夫しています。

## 今年の健診は受けましたか？

# 9月に健診を受診できる機会があります

◎あじさい健診は18～39歳の方

◎特定健診は40～74歳の国民健康保険加入の方

☎ 保険健康課 ☎ 84-0327

日本一健康な町を目指して、若い世代からの健康づくりをお手伝いします

## 健診の流れ

### 健診当日

申し込み者には、事前に健診票や尿検査容器を送付します。

### 1 受け付け

託児を希望される方は、受け付けをする前に、託児会場に行き、お子さんを預けます。託児は保育士、母子保健推進員及びOBが行います。

### 2 問診・血圧測定

特定健診は、眼底検査・心電図もあります

### 3 血液検査

### 4 身長体重の測定

特定健診は腹囲測定もあります

### 5 診察

### 6 結果説明会の案内・健康相談

### 7 歯科相談

### 8 体によい食事メニュー紹介・試食

※会場の都合により、健診の流れが若干変更になる場合があります。



### どうして健診を受けるの？

年1回、定期的に健康診断を受診することで、体の中で起こっている変化に気づきやすくなり、病気になる前に、高血圧、高血糖、脂質異常などの発見や生活習慣病の早期発見に役立ちます。

生活習慣病は自覚症状が出にくいので、若くて健康に自信があっても油断は禁物！

### あじさい健診と特定健診って、何が違うの？

#### 健診内容が違います

##### ◎あじさい健診

身長・体重・血圧測定・血液検査・尿検査などの一般的な健康診査です。

##### ◎特定健診

あじさい健診の内容に、眼底検査・心電図・腹囲測定が加わります。※メタボに着目した健診です。