

特定健診

若い世代から受ける習慣を



受診者の声
本田 真路さん
(40歳)

特定健診は毎年のカラダのメンテナンス

30代から、毎年夫婦で健診を受けています。もともと健康面での不安はなかったのですが、知人など、周りにがんや脳梗塞になった人がいたので、自分も健診を受けたほうがいいと思ったことがきっかけでした。

健診は近くで受けられますし、時間もかからないので、毎年“悪いところはないかどうか”チェックしているという感覚ですね。周りに健診を受けていない人がいたら、受診を勧めたいと思っています。



健康ほけん課
大山 千尋 保健師

健診は受診して終わりではありません 日常生活で健康を維持するコツ教えます

健診後は、市の保健師や管理栄養士・看護師が、特定保健指導として生活習慣を見直すサポートをしています。食生活や運動などの生活の見直しや、健診結果の見方などの相談に応じます。健診結果を受けてどう対応するかで、生活環境、健康状態、医療費が大きく変わります。健診を受けて、カラダにいいことを始めましょう。

特定健診Q&A

Q どんな検査ですか

A 問診・身長体重・血圧測定・血液検査・尿検査・腹囲測定などです。1時間ほどで終わります。

Q 健診で病気が見つかったら怖いのですが

A 健診の結果、生活習慣病のリスクがあると分かっても、早めに気づけば対処ができます。普段の生活習慣を改善することで、生活習慣病の予防や健康状態の改善が可能です。

Q 病院に通っているのに健診は受けなくていいですよ

A 通院時の検査は治療中の病気に関する検査項目に限られ、隠れている病気に気づかないことがあります。また、健診を定期的に受けることで体の経年変化が確認でき、体調管理や生活習慣改善につながります。

受けよう！ 特定健診 がん検診

あなたのために 大切な人のために

健診と検診の違い

健診 対象の病気を定めず、身体に異常がないか調べる
検診 特定の病気に絞って調べる

健診・検診の申込書 自宅に届いていますか

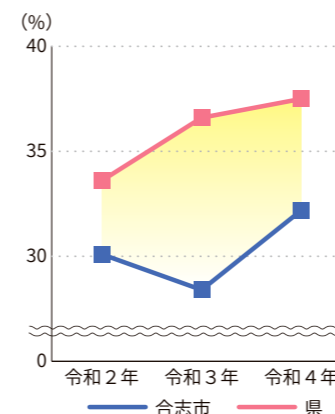


健診・検診は、年に一度 自身のカラダと向き合う時間

「仕事や子育て、家事に興味など、日常生活でやる事が多く忙しい」と、自身の健康管理が疎かになっていませんか。その結果、自覚症状がないまま病気が進行し、重症化することもあります。

日本人の2人に1人は生涯のうちに、がん・心臓病・脳卒中などの生活習慣病にかかる可能性があると言われていきます。病気になって「早く受けていればよかった」と後悔しないためにも、特定健診・がん検診について正しい知識を持ち、自身の健康について考えてみましょう。

特定健診受診率



本市の受診率は県内43位

令和4年度の本市の国民健康保険加入者の特定健診受診率は32・2%で、県平均を下回り、県下45市町村中、43位と非常に低くなっています。特に40代、50代の受診率が低い状況です。カラダに見えない変化が少しずつ現れ始めるのも40代です。自分の身体は大丈夫だと過信してはいませんか。

カラダの声をきく『特定健診』

特定健診とは、運動不足や偏った食事などが原因となる、心臓病や高血圧症、糖尿病など生活習慣病の発症や重症化の予防を目的とした健診です。生活習慣病は、初期には自覚症状がほとんどないまま病状が進んでいきます。健康なうちから健診を受けることで、自覚症状がほとんどない生活習慣病を早期に見つけることができます。若いときから、健診を受ける意識と習慣が大切です。

思い立ったら申し込みましょう
あなたの受診方法を
下記でチェックできます

★の健診は、健康ほけん課(☎096-248-1275)に電話か二次元コードからお申し込みください。

あなたの年齢は

- 26歳から受診できます!
- 26歳～39歳
 - 国民健康保険に加入していますか
 - はい → 生活習慣病健診★ 集団健診 自己負担額1,500円
 - いいえ → 生活習慣病健診 菊池養生園(☎0968-38-2820)に電話申し込み 集団健診 自己負担額1,500円
- 40歳～74歳
 - 国民健康保険に加入していますか
 - はい → 特定健診★ 集団・個別健診 自己負担額1,500円
 - いいえ → 加入している医療保険者で実施 加入の保険者に確認してください
- 75歳以上
 - 後期高齢者健康診査★ 集団・個別検診 自己負担額800円

国保加入者(40歳～74歳)へうれしい特典
8月までに特定健診を受診した人に、抽選で豪華景品が当たります。(志来菜彩商品券、クラッシーノマルシェ商品券など)

国保加入の40・45・50・55歳の人へ
今年度の自己負担額(1,500円)が無料になるクーポンを送っています。