

国民健康保険に加入されている方へ

## 今年度最後の特定健診の機会です!



健診日

平成30年 1月21日(日) 午前中

対象者

年度末年齢 40～74歳の国民健康保険加入中の方

※平成29年5月から10月末までに人間ドックや医療機関の特定健診を受診された方は除きます。

費用

1,000円

検査項目

身体測定 血圧測定 尿検査 血液検査(脂質 血糖 肝機能 腎機能貧血) 心電図 眼底検査

場所

ほほえみプラザ

お申込み

戸籍保険課 ☎95-1116 (1月9日(火)までにお申し込みください)

※胃がん・大腸がん検診も同時に受診できます。

お申し込みは健康生きがい課 ☎94-0051 まで (定員になり次第締切り)

費用: 胃がん 1,000円・大腸がん 300円

## 健診は受けた後が大切です!

健診結果は「生活を写す鏡」と言われます。

「食後のスイーツがつい習慣に…」 「残すのがもったいないからついおなかの中へ…」

「ついつい」している毎日の行動が習慣になって…

何気なくしている生活習慣は自分では気づきにくいものです。

そんなあなたの健康管理の応援団!!

保健師、  
管理栄養士が  
訪問します。

健診結果の見方や生活習慣に関することなど、  
ど  
んどんお聞き下さい!

### からだイキイキ訪問

特定健康診査の結果、体の状態が心配な方を対象に現在の治療状況やご様子等をお伺いしています。

対象となる方

**血糖値** ①HbA1c6.5以上で糖尿病の治療をしていない方

②現在、糖尿病の治療をしているがHbA1c7.0を超えている方

**血圧** 収縮期血圧160mmHg以上または拡張期血圧100mmHg

以上で服薬治療をしていない方(前回の健診でも高い方)

**腎機能** ①尿たんぱく(+)以上で腎機能の値が低い方。

※HbA1c: 過去1か月～2か月の血糖値の状態を示す数値

### からだスッキリ! 6か月チャレンジ!

健診の結果、特定保健指導の対象となった方に戸籍保険課から、ご案内をお送りしています。今が生活習慣を振り返るチャンスです! ぜひご参加ください。

