

今年も、特定健康診査が始まります!!

『健康だ』と思っていても、生活習慣病は自覚症状のないまま進行します。

揖斐川町での死因の約 60%は生活習慣病で、そのうち半分は、メタボリックシンドローム関連疾患です。

特定健康診査は、あなたがメタボを中心とした生活習慣病に近づいていないかを、早期に発見するために重要な健診です。



**未来のあなたの健康のために、
今こそ特定健康診査を受診してください！**

《特定健康診査のポイント》

- ❶ 40 歳～ 74 歳までの、すべての人が対象です。
- ❷ メタボリックシンドロームに着目し、生活習慣病を予防します。
- ❸ 健診結果による必要度に応じて、本人に適した特定保健指導を行います。

《平成 28 年 特定健康診査日程》
6月1日(水)～7月30日(土)

※ 揖斐川町国民健康保険に加入している 40 ～ 74 歳の方には、
5月末に案内が届きます。(詳しくは、保健カレンダーを参照してください)

【特定健康診査 Q & A】

Q. 特定健康診査って誰が受けるの？

A. 40 歳～ 74 歳のすべての人です。国民健康保険や被用者保険（健康保険組合や共済組合などの医療保険）の被保険者と、被扶養者の全員が対象です。これまで健診を受けてこなかった被扶養者（家族）の人も受けることができます。

Q. 今までの健診とどこが違うの？

A. 「実施主体」「検査項目」「特定保健指導の実施」などが変わりました。**実施主体は医療保険者**です。これまで町民として受診していた人についても、国保や健保組合などの医療保険者が実施主体となりました。医療保険者からのお知らせに従って受診してください。

Q. 特定健康診査の受け方は？

A. 医療保険者からお知らせが届きます。実施主体である国保や健保組合などの医療保険者から、受診機関・受診日などについてのお知らせや、受診券（票）が送られます。特定健康診査は年に 1 回行われます。費用は医療保険者によって異なります。

特定健診はメタボリックシンドロームに着目した健診内容です。

【全員】 問診・身体計測・身体診察・血圧測定・血液検査（中性脂肪・HDL コレステロール・LDL コレステロール・総コレステロール・HbA1c・AST・ALT・γ-GT・尿酸・クレアチニン）、尿検査（尿糖・尿蛋白・尿潜血）

【必要者のみ】 心電図検査、眼底検査、貧血検査
健診受診後、結果に応じて生活習慣病予防のための『特定保健指導』（教室など）にお誘いします。

健康のために、まずは健診から始めよう！

★揖斐川町の健診結果の傾向（H27 年度結果より）

《良い点》

特定健診を受診する人が多い。（特に 60 歳以上の人）
高血圧の人が少ない。 糖尿病予備群が少ない。
糖尿病該当群が少ない。

糖尿病予備群は、以前は県内で上位にあがるほど多かったですが、今は皆さんの努力で減ってきています！

《悪い点》

肥満該当者（BMI25 以上の人）が多い。
メタボリックシンドローム該当者が多い。
HDL コレステロールが低い人が多い。
腎機能が低下している人が多い。

特に、腎機能低下は県内でも上位の悪さです。
人工透析で医療機関にかかる割合も、女性は県で最も多いです！

悪い点を放置してしまうと、病気の発症や重症化につながる危険が高くなります。

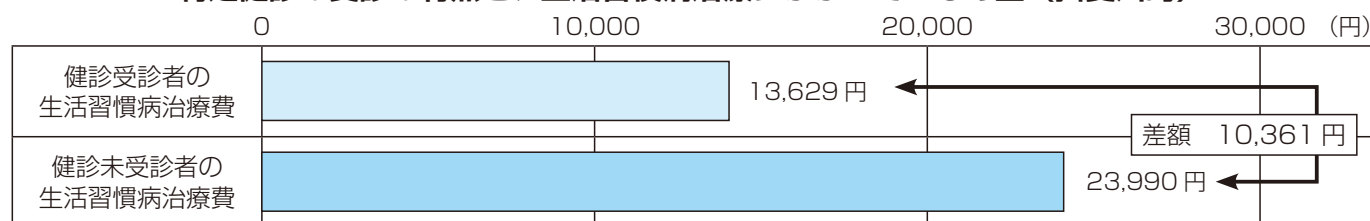
➔ **健診を受診して、病気を未然に予防することが大切です！！**

健診はお財布に優しい

年に 1 回、1,000 円で出来る健康法…

それが「**健診**」です。

《特定健診の受診の有無と、生活習慣病治療にかかっているお金（揖斐川町）》



- ・ 特定健診を受けている人と受けていない人では、医療費に、年間で約 1 万円の差が出ます。
- ・ 健診を受診することが、病気の発症を防ぎ、医療費の抑制にもつながります。

【お問い合わせ】 揖斐川保健センター Tel 23 - 1511

『栄養教室』に参加しませんか

テーマ 自分の健康は自分で守る
対象 揖斐川町在住で健康づくりに関心のあ
る方 20 人（原則として全日程参加でき
る方）

参加費 2,000 円（教材費）

内容 栄養士・保健師などによる講話と調理
実習

日程 7 月 20 日（水）、8 月 26 日（金）、
9 月 27 日（火）、10 月 28 日（金）、
11 月 30 日（水）、1 月 31 日（火）

時間 9 時 30 分から 13 時 30 分ごろ

申込み 揖斐川保健センター

その他 参加を希望される方は、6 月 17 日（金）
までに、揖斐川保健センター（Tel 23 -
1511）までお申し込みください。

修了者で希望者は、町食生活改善連絡
協議会に入会することができます。



不正大麻・けし撲滅運動実施中
平成 28 年 5 月 1 日～6 月 30 日

不正に栽培されている大麻・けし、自生する
大麻・けしを発見した時は、警察署や保健所へ
通報をお願いします。

【西濃保健所揖斐センター生活衛生係】

Tel 23 - 1111