

健診を受けて安心を得よう！

今の自分の健康状態を知る機会です！



生活習慣病を早期発見・予防するためには、定期的に健診を受け、日頃の生活習慣を見直すことが大切です。あなた自身のため、あなたの大切な家族や仲間のために、健康づくりに欠かせない行事として、年に一度、健診を受けましょう。

健康推進課成人保健担当 ☎ 5311

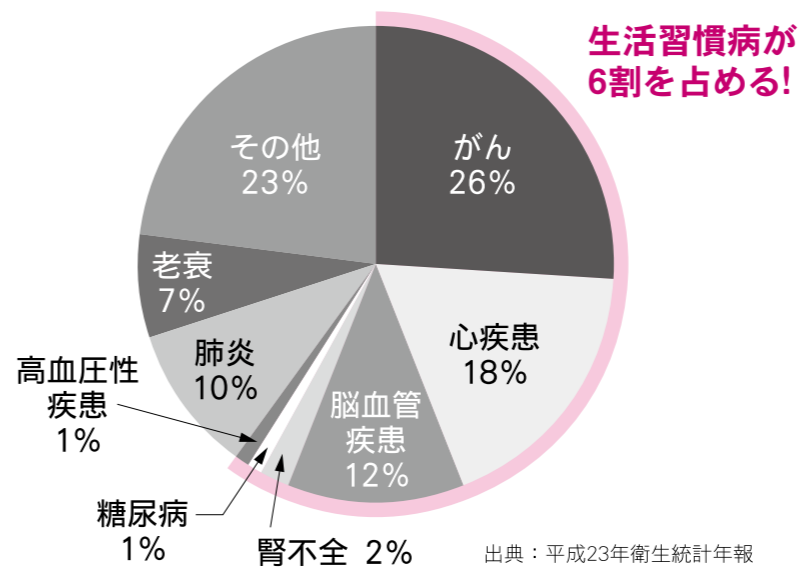
生活習慣病の予防を心掛けよう！

大崎市民の死亡原因の約6割は、がんや心疾患、脳血管疾患など生活習慣病によるものです。

糖尿病や腎不全、脳梗塞などの生活習慣病が重症化すると、視覚障害や人工透析、麻痺などの障害が残り、介護が必要になるなど、その後の生活に大きな影響を及ぼします。

自覚症状がないまま静かに進行する「生活習慣病」の発症・重症化を防ぐためには、年に一度、健診を受けることが大切です。

大崎市民の主な死亡原因



特定健康診査を受けよう！

～大崎市民健康保険に加入している対象者は平成27年度から無料で受診できます～

生活習慣病が発症する要因には、食べ過ぎ・飲み過ぎ、運動不足、喫煙、ストレスなどがあり、放置しておくとうち臓脂肪が増え、血圧上昇や血中の糖・脂質が増えるなど、生活習慣病になる要因を併せ持った状態になります。

このような状態をメタボリックシンドロームと言います。改善しないと血管の内膜が傷つき、そこにコレステロールや血糖などが入り込むと、血液の通り道を狭め、最終的に心筋梗塞や脳卒中、人工透析を受けるなど重大な病気につながります。

生活習慣病を予防するためには健診を受け、年ごとの数値の変化を確認して、異常値に近づいている項目を見つけたら、生活習慣を見直すことが大切です。



特定健康診査は、メタボリックシンドロームに着目した健診で、生活習慣病の発症や重症化を予防することが目的です。加入している医療保険者が実施し、40歳から74歳までの人が対象で、医療機関に通院中の人も対象となります。

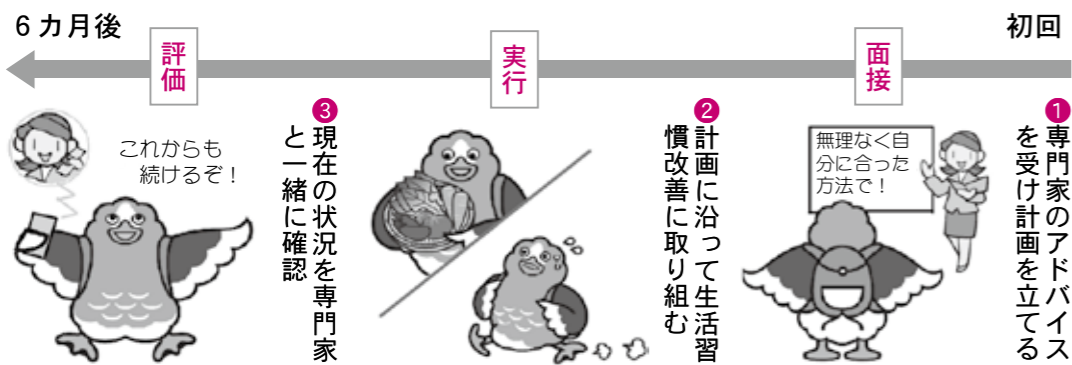
市では、大崎市民健康保険加入者に対して特定健康診査を実施します。対象者には、5月から6月にかけて受診票を送付します。平成27年度からは、より受けやすくするために健診料金を見直し、無料で受診できるようにいたします。

生活習慣を改善しよう！

～利用しないともったいない！

特定保健指導できっかけづくり～

■特定保健指導の流れ



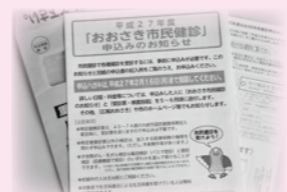
平成27年度「おおさき市民健診」のお知らせ

～特定健康診査以外の各種検診は申し込みが必要です～

平成27年度「おおさき市民健診」の申込書を世帯ごとに郵送しています。同封の返信用はがきで申し込んでください。受診を希望しない場合も、受診しない理由の把握に努めていますので、必ず提出してください。

申込期限 2月16日(月)

「特定健康診査」については、大崎市民健康保険に加入する対象年齢の人に受診票を送付しますので、申し込みの必要はありません。



「平成27年度おおさき市民健診申込書(はがき)」を必ず提出してください