

あなたの健康診査が変わります

特定健診・特定保健指導がスタート!

平成20年度から健診のしくみが変わります。メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の予防・改善を目的とした「特定健診・特定保健指導」が実施されます。40歳以上で職場健診などを受けていなかった人は鏡石町が実施する基本健診を受けていましたが、これからは加入している医療保険者が主体となって実施される特定健診を受けることになります。ここでは、新しい健診のしくみと内容をお知らせします。

「医療保険者」とは病院にかかるときに使う「保険証」の「保険者」の欄に記載されている団体、組織のことです。

問い合わせ先
町健康福祉課 ☎62-2115 町税務町民課 ☎62-2112



男性85cm、女性90cm以上がメタボの基準

総合健康診査日程

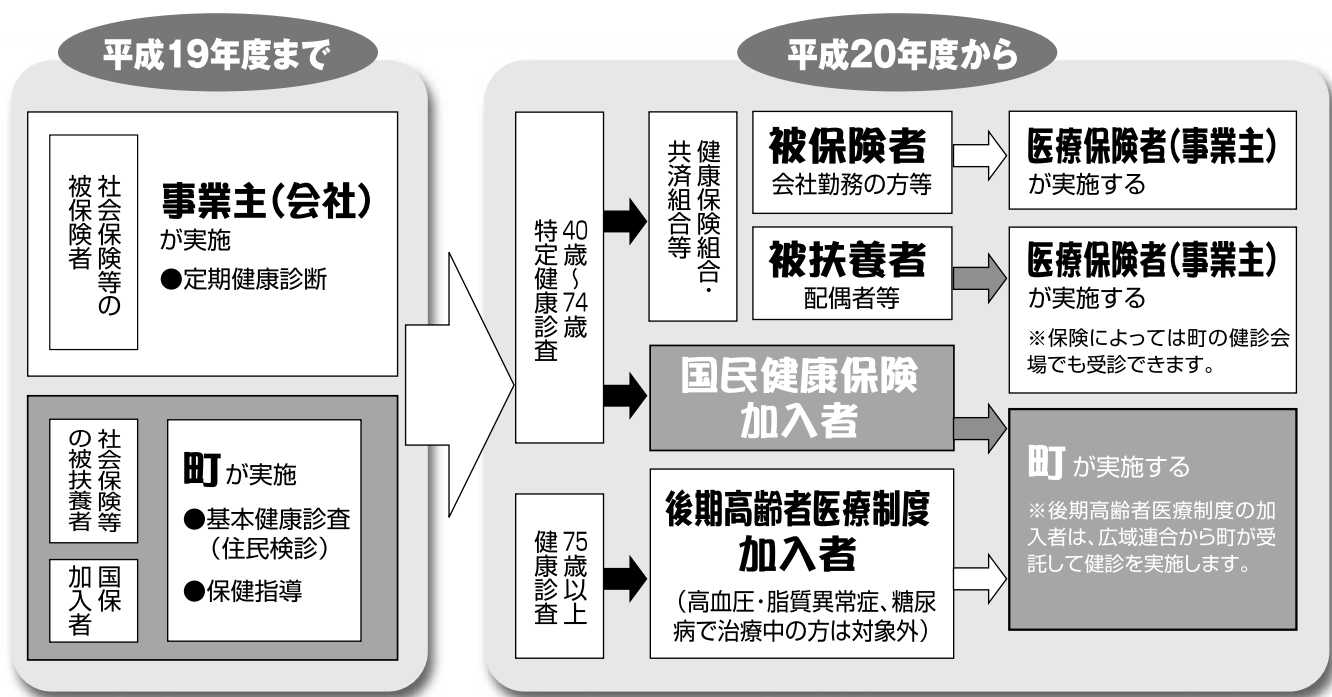
実施月日	会場	対象地区
9月25日(木)	鏡田転作センター	鏡田区(1~10班)
9月26日(金)		鏡田区(11~19班)、高久田区
9月27日(土)	鳥見山体育館	笠石区ほか全地区
9月28日(日)		高久田区ほか全地区
9月29日(月)	町公民館	笠石区(上・中・下組、新栄町)、さかい区
9月30日(火)		笠石区(南町、北町、杉林、堀米)、旭町区、豊郷区
10月1日(水)	成田保健センター	成田区(1~10班)
10月2日(木)		成田区(11~18班)
10月3日(金)	久来石転作センター	久来石区
10月6日(月)	町勤労青少年ホーム	鏡石1~2区
10月7日(火)		鏡石3~4区
10月8日(水)		仁井田区

受付時間:午前8時から午前9時30分まで
対象地区以外でも、ご都合のよい会場で受診できます。
お車ご利用の場合は、鳥見山体育館での受診をお勧めします。
鳥見山体育館で受診の際は、スリッパをご持参ください。

受ける機会のある方は受診の必要はありません。
メタボの予防・解消を!
特定健診の結果により、生活習慣の改善が必要な方を対象として、「特定保健指導」が行われます。特定保健指導とは、対象者の必要に応じて、動機付け支援や積極的支援に区分され、生活習慣病を改善するための目標や行動計画を設定し、実践

できるように支援するものです。
メタボリックシンドロームになる主な原因は、不適切な食生活や運動不足です。こうした状態にならないようにするためには、内臓脂肪を減らす努力が大切です。健診は、自分の健康状態を知る絶好の機会です。自分の体の手入れは、自分でするしかありません。健診を受けることは、健康な生活を送るための初めの1歩です。

健康診査の実施体制の変更



特定健診・特定保健指導がスタート

今年度から、今まで町が実施してきた基本健診は、国民健康保険や社会保険などの加入している医療保険ごとに実施されます。

町では、40歳から74歳までの国民健康保険加入者を対象に、総合健診の日程にあわせて特定健診を実施します。該当される方には後日、健診の案内と受診券を配布いたしますので、案内に従って受診してください。

また、75歳以上の方は、後期高齢者医療広域連合が実施する健診を町が受託していますので、今までどおり受診できます。

社会保険などの加入者は

社会保険などへ加入されている方は、事業主や加入している医療保険で実施されますので、会社などから配布された案内に従い受診してください。
なお、社会保険などの扶養の方でも、町の健診会場

総合健康診査内容

検診名	対象者	検診内容	料金
特定健診	40~74歳	○特定健診 ①身体測定②問診③血圧測定④尿検査⑤脂質検査⑥腹囲測定⑦血液検査 ※医師診察により、心電図検査、眼底検査、貧血検査が追加されます。	700円
生活習慣病予防健診	75歳以上 65~74歳で後期高齢者医療制度加入の方	○生活習慣病予防健診 特定健診から腹囲を除いた検査項目になります。	無料
介護予防生活機能検査	事前調査結果により、生活機能検査票が送付された方	○介護予防生活機能検査 特定健診の検診項目に関節の動きや口腔機能の検査、栄養状態の検査、心電図検査が加わります。	無料
結核検診	65歳以上	○胸部エックス線検査	無料
胃がん検診	40歳以上	○胃部エックス線検査 ※胃を切除された方、治療中の方などは受診できません。	800円
肺がん検診(胸部X線検査)	40歳以上	○肺野部エックス線検査	200円
肺がん検診(喀たん検査)	40歳以上 ・1日に吸うタバコ本数×喫煙年数が600本以上の方 ・血痰があった方	○喀たん細胞診 配布の容器に喀たんを採取し、当日ご持参ください。	600円
大腸がん検診	40歳以上	○便潜血反応検査 配布の容器に便を採取し、当日ご持参ください	300円
肝炎ウイルス検診	40歳以上 ・これまでに肝炎ウイルス検診を受けたことがない方	○B型・C型肝炎ウイルスの血液検査	300円

受診できる場合がありますので、会社などでご確認ください。

受診するときの注意とお願い

- ① 総合健診受診録 裏面の質問票に記入してください。
- ② 生活機能検査票

介護予防生活機能検査を受ける方

- ③ 受診券
- ④ 健康保険証
- ⑤ 後期高齢者医療保険証

絶食が必要です。胃がん検診を受診される方は、前日の午後9時以降から食事、水、タバコなどいっさい口にしないでください。

- ③ がん検診は通知のない方でも受診できますが、事前に受診録を送付しますのでご連絡ください。
- ④ 妊娠中または妊娠の疑いのある方や、事業所などで