



あなたの将来のため、年に一度は健診を受けましょう！！

日本人の生活習慣の変化や高齢者の増加等により、近年、糖尿病等の生活習慣病の有病者・予備群が増加しており、生活習慣病を原因とする死亡は、全体の約3分の1にものぼると推計されています。

生活習慣病は、一人一人が、バランスの取れた食生活、適度な運動習慣を身につけることにより予防が可能です。

平成20年4月から始まっている、生活習慣病予防のための新しい健診・保健指導の積極的な利用をお願いします。



**特定健診の
受診率向上に
ご協力を
お願いします**



健診は自分の健康状態を確認するための大切な機会です



※ 健診を受けて結果を生かし、健康な生活を送るため、

日頃から生活改善に取り組みましょう！

自分は健康だから平気

疲れているし、面倒

～そんなあなたにこそ 健診が必要です～

特定健康診査・健康診査のご案内

忙しくて、健診なんて…



生活習慣病は気づかないうちに進行し、重症化すると心疾患や脳卒中を引き起こします。

その発症には内臓脂肪の蓄積に起因する内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）が深く関係していることが分かってきました。

生活習慣病の芽を早い段階で発見し、予防するために健診を受けましょう。

対象者

- 40歳～74歳の国民健康保険に加入している人
(国保の資格がなくなったときは健診を受けられませんのでご注意ください。)
なお、今年度75歳になる人は、誕生日前日まで「国保特定健康診査」の対象となり、75歳の誕生日を迎えられた人は、「75歳以上の健康診査」の対象となります。
- 原則75歳以上の長寿医療制度(後期高齢者医療制度)に加入している人
(65～74歳の一定以上の障害をもつ人で、長寿医療制度の被保険者を含みます。)
- ※ 現在、生活習慣病で治療中の方も受診できますので、主治医にご相談ください。
- ※ 病院で人間ドックを受ける予定の人は、国保特定健康診査・健康診査と重複受診はできません。国保の資格がなく健診を受診した場合、健診料を全額負担していただくこともありますので、ご注意ください。
- ※ 富岡市国民健康保険以外の医療保険に加入している人は、会社の健康保険や共済組合など加入している医療保険者にお問い合わせください。

職場で健診を受ける人は、お手数ですが保健センター(64-1901)へご連絡ください。

～健診の受診については、以下をお読みください～

受診時期・時間

平成 23 年 6 月 1 日(水)～9 月 30 日(金)

※ 各医院の診療時間内で必ず午前中に受診しましょう。

受診方法

個別健診と集団健診のどちらかで受診してください。

① **個別健診** 下記の医療機関で健診実施期間内に受診できます。

市内	青葉クリニック 62-0822	アライクリニック 62-1521	石川胃腸科医院 62-1002	えのもと整形外科 89-3172
大竹外科胃腸科 64-0808	奥村小児科内科医院 62-0437	加藤内科医院 64-0606	神部医院 62-0058	久保田クリニック 89-1160
小泉医院 62-0039	香内医院 62-3210	こすげレディスクリニック 62-0275	コマチクリニック 62-5011	須藤医院 63-1461
西毛病院 62-3156	高井クリニック 60-1500	滝田医院 62-2511	たけへ医院 67-5500	田村医院 64-2065
富岡・成清医院 62-2701	中島医院 62-1037	保阪医院 62-0113	細谷医院 62-0388	細谷クリニック 62-4321
宮崎医院 60-1919	村田内科医院 62-2053	ゆうあい整形外科 67-5211		
市外	安藤医院 74-7717	奥村クリニック 74-7182	小幡医院 74-2018	こがはらクリニック 70-4066
篠原整形外科医院 74-2227	庭谷クリニック 89-4005	原医院 74-5656	大沢クリニック 60-3030	本宿診療所 84-2215

② **集団健診** 希望する方は直接、会場へお出かけください。

日程	対象地区	会場	受付時間
8 月	2 日(火)	金鶏区(菅原上・下) 金銅区(諸戸・行沢)	午前 8 時 30 分 から 11 時まで
	4 日(木)	伏見区(伏見東・西) 高木区(十二・八木連)	
	8 日(月)	本村区・新光寺区	
		サンビレッジ妙義	
		妙義中央公民館	
		東部公民館	

検査内容

● **基本項目(全員に実施)**

→ 問診、診察、尿検査、身体計測(身長、体重、腹囲)
血圧測定、血液検査(脂質、肝機能、血糖)

● **詳細項目(必要な人に実施)**

→ 貧血検査、心電図検査、眼底検査



持ち物

①受診券 ②受診票 ③保険証 ④名前シール(同封したもの)

受診票は「受診者記入欄」をあらかじめ記入してから受診してください。

自己負担金

なし

受診当日の注意

- ① 血液検査の結果に影響を及ぼすため、健診前10時間以上は水以外の飲食物は摂らずに午前中に受診しましょう。
- ② 健診の前日はアルコールの摂取や激しい運動は控えましょう。
- ③ 尿検査がありますので月経直前・直後の健診は避けましょう。
- ④ 診察しやすい服装（ボディスーツなどは着用しない）で受診しましょう。
- ⑤ 体調が悪い場合は健診を避けて、早めに医師に相談しましょう。

結果通知について

健診結果は、約1か月後に郵送でお知らせします。また、健診の結果「特定保健指導」が必要な人（メタボリックシンドロームの該当・予備群）は教室をご案内いたしますのでぜひご利用ください。

～ご希望で以下の検診も同時に受診できます～

検診を希望する人は受診の際にお申し出ください。

肝炎ウイルス検診

1 対象者

- ①40歳の人
- ②今まで肝炎ウイルス検診を受けたことがない人

2 検診内容…問診・血液検査

3 検診料…自己負担なし

前立腺がん検診

1 対象者

50歳以上の男性

2 検診内容…問診・血液検査

3 検診料…自己負担金500円

（生活保護、市民税非課税世帯は自己負担なし）



※ 特定健康診査や健康診査と同時に検診できなかった場合は、10月に実施予定の集団検診をご利用ください。詳しくは、「広報とみおか 10月号」をご覧ください。