



広報

はむら

平成23年6月1日



Main Content

- 6月1日から特定健康診査が始まります！ 1
- お知らせ 3
- こどものページ 15
- 6月のテレビはむら 15
- 6月の相談日ほか 16

表紙の写真

木漏れ日に照らされて輝くキンラン

新緑の中、小作緑地公園でキンランがけなげに咲いています。

キンランは、絶滅が危惧されている野草です。大切に育成しようと、市内ボランティアにより保護されています。

キンランのすぐそばには、並んで見かけられることの珍しいギンラン（写真右上）も咲いていて、仲の良い姉妹のようです。

(撮影：平成23年5月13日(金))

意外に気付かないからだの変化

特定健康診査 で確かめよう!!



6月1日から特定健康診査が始まります!

問合せ

- 特定健康診査・特定保健指導 … 保険年金課保険係
- ヘルスアップ健康診査 … 保健センター ☎ 555-1111
- 生活機能評価・介護予防事業 … 高齢福祉介護課地域包括支援センター係

特定健康診査

特定健康診査(特定健診)を受診すると、自分の体の状態が分かるだけでなく、その結果をこれからの健康づくりを生かすことができるようになります。病気の兆候は、健康診査の結果に表れてきます。自分では分からない体の微妙な変化に気付くために、毎年1回必ず健康診査を受けることが大切です。また、その結果に合わせて生活習慣を見直し、改善していくことで、生活習慣病を予防しましょう。

特定健康診査では、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目し、生活習慣病を予防するための健康診査を行います。この特定健康診査は、国民健康保険や健康保険組合などの医療保険者が行います。

メタボリックシンドロームとは、腹部の内臓まわりに脂肪がたまり過ぎた状態に加え、高血糖・高血圧・脂質異常のうち2つ以上が重なった状態をいいます。この状態が続くと「動脈硬化」が進み、将来的に心筋こうそくや脳こうそくが起りやすくなります。検査項目は、2ページ上の表をご覧ください。

国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入している方へ

5月下旬に、国民健康保険に加入し

ている40歳(平成23年度中に40歳になる方を含む)から74歳までの方と、後期高齢者医療制度に加入している方に健康診査受診券を送付しました。
実施時期 6月1日(水)～10月31日(月)
※後半は混雑し、受診できない場合があります。早めに受診してください。

受診時の注意

◆ 受診する時は、被保険者証と健康診査受診券を必ず持参してください。

◆ 65歳以上の方で、介護保険の要支援・要介護認定を受けていない方は、介護保険の生活機能評価を同時に行います。介護保険被保険者証も持参してください。介護保険被保険者証については、高齢福祉介護課介護保険係へ問い合わせてください。

健康保険組合などの被扶養者の方へ

健康保険組合や国民健康保険組合などの各医療保険者から、健康診査に関する通知が送付されます。通知に記載された指定の健康診査実施機関で受診してください。

特定保健指導

特定保健指導は、特定健康診査の結果、腹囲やBMI(身長と体重から算出される数値)が基準値以上の方で、血圧や脂質、血糖の検査結果数値が基準値以上となった方を対象に行います。

保健師・管理栄養士などが、改善策と一緒に考えて支援していきます。国民健康保険に加入し、対象となつた方には、保険年金課から案内を送付します。

ヘルスアップ健康診査

市が指定する医療機関(2ページ下に掲載)で受診する場合は、健康状態をより正しく把握するために、6項目の検査を追加したヘルスアップ健康診査を受けることができます。

※この事業は、基地再編交付金の一部を充当して行います。



介護予防のための生活機能評価

65歳以上の方は、特定健康診査と併せて、介護予防に関する25のチェック項目などからなる生活機能評価(介護予防健診)を受診してください。要支援・要介護認定を受けていない方が対象です。

国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入している方へ

特定健康診査と併せて行います。生活機能評価の受診券は送付しません。