

広報

はむら

平成24年6月1日



Main Contents

- 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 17
- 6月のテレビはむら 17
- 6月の相談日ほか 18

表紙の写真

可憐に咲くアジサイ

梅雨入り間近、市内各所ではアジサイが咲き始めます。

アジサイの花の色は土壌の性質、開花からの日数などによりさまざまに変化することから、別名「七変化」とも呼ばれます。

今年も市内の至る所で、雨の多い日々^{いろど}に彩りを添えてくれるでしょう。

(写真：平成23年6月26日(日)撮影)

見つめ直そう自分の体

6月1日から

特定健康診査が

始まります！



自分では気付かない体の変化を

特定健康診査で確かめよう！

特定健康診査（特定健診）を受けることによって、現在の体の状態を知ることができ、さらにその結果をこれからの健康づくりに生かすことができます。

病気の兆候は、健康診査の結果に表れます。自分では分からない体の微妙な変化に気付くため、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、改善することで、生活習慣病を予防しましょう。

問合せ

○ 特定健康診査・ヘルスアップ健康診査・特定保健指導：保健センター ☎555-1111

○ 基本チェックリスト：高齢福祉介護課地域包括支援センター係

特定健康診査とは

特定健康診査は、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した、生活習慣病を予防するための健康診査です。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ページ下の「検査で分かる」あなたの体のこんなこと！」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24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（金）～10月31日（木）

※後半は混雑し、受診できない場合があります。8月ごろまでの早い時期に受診してください。

※受診するときは、被保険者証と健康診査受診券を必ず持参してください。

健康保険組合などの被扶養者の方へ

国民健康保険組合や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。

65歳以上の方へ

基本チェックリストを送付します

今年度から、医療機関での生活機能評価はなくなり、要支援・要介護認定を受けていない65歳以上の方に、基本チェックリスト（介護予防に関するアンケート形式の質問票）を送付します。

いつまでも元気に過ごすために、自身の体の状況を振り返り、介護予防に関心を持ってみませんか。返送していただいた方には、生活状況や健康状態に関する結果アドバイス表を送付します。

また基本チェックリストの結果により、必要に応じて運動や栄養、口腔機能などに関する教室をご案内します。

対象 平成24年5月1日現在65歳以上の市民の方（介護保険の第1号被保険者）で、要支援・要介護認定を受けていない方

提出締切 6月25日（月）

