

健康

生活習慣病予防のために
特定健康診査を受けましょう

症状なく進行する生活習慣病を検査値の変化から早期に発見し予防するため、必ず毎年、健康診査を受診し生活習慣改善のきっかけにしましょう。

▼特定健康診査とは

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に、国民健康保険や健康保険組合などの医療保険者が行う健康診査です。

●メタボリックシンドローム

腹部の内臓のまわりに脂肪がたまり過ぎた状態に加えて、高血糖・高血圧・脂質異常のうち2つ以上が重なった状態。こうした状態が続くと動脈硬化が進み、将来的に心筋梗塞や脳梗塞が起こりやすくなります。

対象 市内在住で次の条件のどちらかに該当する方

- 国民健康保険に加入している40～74歳の方（今年度中に40歳になる方を含む）
- 後期高齢者医療制度に加入している方

今年度の特定健康診査受診券

今年度は、国民健康保険に加入している方には「緑色」、後期高齢者医療制度に加入している方には「ページョ色」の受診券を送付しています。



▲後期高齢者医療制度に加入している方「ページョ色」



▲国民健康保険に加入している方「緑色」



特に記載がない場合の受付時間は土・日曜日、祝日を除く午前8時30分～午後5時です。申込みの記載がない場合は直接会場へ。費用の記載がない場合は無料です。

受診方法

5月下旬に対象の方に送付した健康診査受診券と、被保険者証（持っている方は高齢受給者証も）を持参して、実施期間内に、「特定健康診査実施医療機関」で受診してください。

実施医療機関

左表の医療機関で特定健診を受診することができます。受診時に眼底検査が必要と診断された場合、左表の*の医療機関で眼底検査を受けることができます。

実施期間

6月1日(土)～10月31日(木)

注意

※実施期間の後半は混雑し、受診できない場合があります。早い時期の受診をお勧めします。

※受診日に国民健康保険に加入していない場合は受診できません。

■特定健康診査実施医療機関一覧

医療機関名	電話番号
いずみクリニック	555 - 8018
小崎クリニック	554 - 0188
小作駅前クリニック	578 - 0161
栄町診療所	555 - 8233
神明台クリニック	554 - 7370
西多摩病院	554 - 0838
羽村三慶病院	570 - 1130
羽村整形外科リウマチ科クリニック	570 - 1170
羽村相互診療所	554 - 5420
羽村ひまわりクリニック	555 - 1103
双葉クリニック	570 - 1588
前田外科クリニック	578 - 8875
松田医院	554 - 0358
松原内科医院	554 - 2427
柳田医院	555 - 1800
山川医院	554 - 3111
山口内科クリニック	570 - 7661
横田クリニック	554 - 8580
わかくさ医院	579 - 0311

*真鍋クリニック	554 - 6511
*真愛眼科医院	554 - 7019

■特定健康診査の検査項目

項目		
身体測定	BMI【体重÷身長÷身長】	
	腹囲	
血圧測定	血圧	
血液検査	脂質の代謝	中性脂肪
		HDL コレステロール
	肝機能	LDL コレステロール
		AST (GOT)
尿検査	糖の代謝	ALT (GPT)
		γ-GT (γ-GTP)
		尿酸
血液検査	貧血検査	空腹時血糖
		ヘモグロビン A1c
		血色素量 (ヘモグロビン)
尿検査	腎機能	ヘマトクリット値
		赤血球数
		尿たんぱく
血液検査	その他	血清クレアチニン
		eGFR

※自覚症状がなくても、健診結果の値が異常値の場合は、必ず医師に相談しましょう。また、基準値内であっても以前の健診結果と比較して異常値に近づいていないかを確認しましょう。健診結果や生活習慣についての相談は、保健センターで行っている「健康なんでも相談」を利用してください。

健康保険組合などに加入している方へ

各医療保険者から健康診査に関するお知らせがあります。実施時期や実施医療機関については、各医療保険者へお問い合わせください。

成人歯科健診

期間 6月1日(土)～7月31日(木)

対象 市内在住で、令和元年6月1日現在、40～64歳の方

内容 問診、現存歯・義歯の状況、口腔衛生状況、歯周病の状況などの健診

受診方法 市内歯科健診実施医療機関へ事前に予約

※65歳以上の方の歯科健診は、9・10月に行います。

※現在、歯の治療中の方は、受診できません。

※1人につき、年1回の受診です。

※実施医療機関については、市公式サイトを確認するか、お問い合わせください。

問合せ 保健センター係内 623

肝炎ウイルス検診

期間 6月1日(土)～10月31日(木)

対象 次のどちらかに該当する方

- ①市内在住の40歳以上の方（今年度40歳になる方を含む）で、過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない方
 - ②今年度の特定健診の結果、肝機能数値に異常があった方
- 検査方法 血液検査によるB型・C型肝炎

肝炎検査

受診方法 直接実施医療機関に予約し、健康保険証を持参して受診してください。

※実施医療機関については、市公式サイトを確認するか、お問い合わせください。

※対象でなくても保健所で受けられる場合があります。詳しくは西多摩保健所に確認してください。

問合せ 保健センター内 627 / 西多摩保健所 0428-22-6141

発見！西多摩手箱

「西多摩フェア2019」開催！西多摩地域の市町村の魅力を発信するイベントです。市町村の公式キャラクターも大集合！

日時 6月15日(土)、16日(日)の午前9時～午後4時

場所 イオンモール日の出1階

内容 観光情報PR、特産品販売、体験コーナーなど

問合せ 西多摩地域広域行政圏協議会事務局
0428-122-1111



▲遊びに来てね！