



健康づくり

特集

平成20年4月から法律が改正されて、今までの生活習慣病健診が「特定健診・特定保健指導」に変わりました。町では、40～74歳の方を対象に糖尿病等の生活習慣病、特にメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の予防に着目した新しい特定健康診査・特定保健指導を実施しています。また、75歳以上の方も「後期高齢者医療制度」によって健診を受診することができます。

いつまでも健康で過ごすためには、生活習慣病の予防が大切です。特定健診を受けて自分の生活習慣を見直しましょう！

「特定健診・特定保健指導」は、生活習慣病に着目し、生活習慣病になる前に日常生活を改善するという理念に基づき導入されました。

生活習慣病は、自覚症状がほとんどないまま進行し、心臓病や脳卒中、腎不全などに発展していく恐ろしい病気です。せたな町でも生活習慣病（特に高血圧）における病院受診の割合は非常に大きく、長期入院や高額医療に結びついている方もいます。生活習慣病を予防し、ご自分の健康を守るため、特定健診の受診をお願いします。

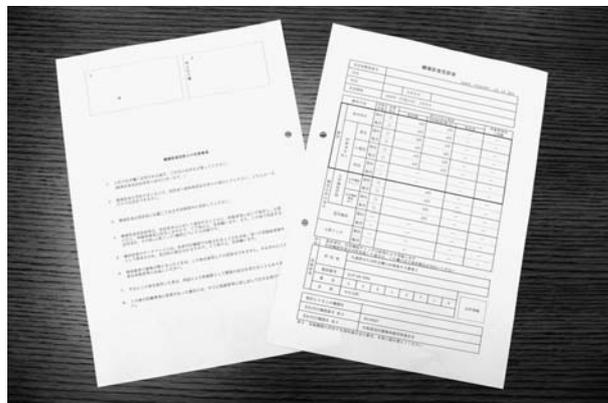
■特定健診とは？

喫煙、20歳からの体重変化、運動習慣、食習慣、飲酒量などについての質問や、身長・体重のほか、BMI（体格指数）、腹囲の測定結果などから、メタボリックシンドロームまたはその予備群かどうかを判定します。中でも、腹囲の測定を必須としたことが特徴として挙げられます。

■受診券が届きます

特定健診の対象になる40歳以上の方には、受診券がお手元に届きます。届いた受診券などに

書いてある指定された健診機関を受診してください。
（国保加入者は「せたな町」から、協会けんぽ加入者は「職場」から受診券が届きます。）



■特定健診の受診を

◎せたな町から受診券が届いた方は、町で実施している特定健診を受診してください。
◎職場から受診券が届いた方は、職場が指定している医療機関を受診してください。

※75歳以上、生活保護受給者は、受診券がありませんので、ご連絡のうえ、町で実施している特定健診を受診してください。

メタボ健診

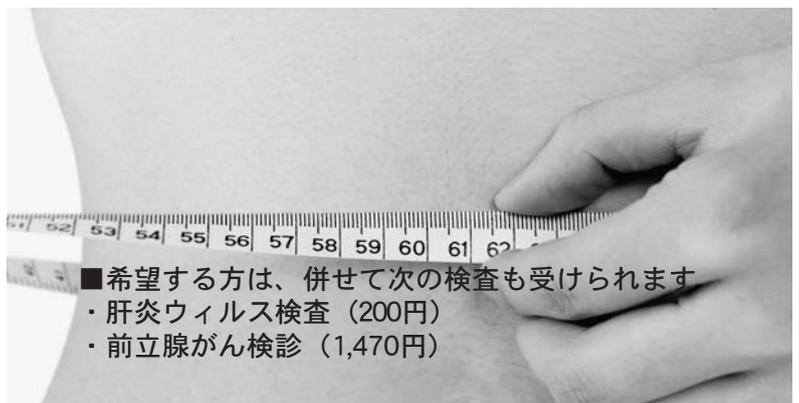
特定健診

■特定健診（500円）

・問診・身体計測・腹囲、血圧測定・尿検査・血液検査・必要者のみ心電図など

■希望する方は、併せて次の検査も受けられます

・肝炎ウィルス検査（200円）
・前立腺がん検診（1,470円）



■次の方は、下記の場所で受けることが可能です

●せたな町国民健康保険加入者で40歳以上の方 ●後期高齢者医療制度加入者 ●生活保護受給者で40歳以上の方

実施機関名	実施曜日 集合時間	お申込み先	地区	がん検診と一緒に 受けられる日程
せたな町立 国保病院	実施曜日：水・木 集合時間：8時30分	せたな町健康センター 保健師まで 前日までにお申込み下さい ☎0137-84-5984	北檜山	4月下旬、10月 下旬、1月中旬
瀬棚診療所	実施曜日：火・木 集合時間：8時30分	瀬棚診療所 事務：三浦まで 1週間前までにお申込み下さい ☎0137-87-2470	瀬棚	7月下旬、 1月下旬
大成診療所	実施曜日：火・木 集合時間：8時30分	大成診療所 事務：古守まで 1週間前までにお申込み下さい ☎01398-4-5175	大成	4月下旬、 10月下旬

※がん検診は保険の種類に関係なく受診できます。詳細は決まり次第、回覧や防災無線でお知らせします。