

総合健診と選ぶ健診の申込受付中!

総合健診 (ミニ人間ドック)

20歳以上の津奈木町国民健康保険加入者が対象です。(予約制)
《検査項目》
特定健診、がん検診、超音波検診をセットで受けられます。

選ぶ健診

次の検査項目から受けたい健診を組み合わせで選べます。
《検査項目》
特定健診、後期高齢者健診、肺がん検診、喀痰検査、胃がん検診、大腸がん検診、前立腺がん検診、子宮頸がん検診、乳がん検診、腹部超音波検診、肝炎ウイルス検査、骨粗しょう症予防検診

▶ 申込方法 **10月10日(金)**までにほけん福祉課へ申し込み

総合健診・選ぶ健診日程 (選ぶ健診は地区で日時が異なります)

会場の混雑を避けるため、受付時間あたりの**来場人数を制限**します。

対象地区の順番で案内しますが、申込人数で同じ地区でも受付時間が前後することがあります。

毎年10月は、がん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン月間です。併せて受診をおすすめします。



	健診日	場 所	対象地区	時 間		
総合健診	11月3日(月)	平国コミュニティセンター	(事前予約制)	10:10 ~		
	4日(火)	農業就業改善センター		8:00 ~		
選ぶ健診	11月2日(日)	農業就業改善センター	①大泊	① 8:00 ~ 8:20		
			②日当・丸岡	② 8:30 ~ 8:50		
			③日添	③ 9:00 ~ 9:20		
			④小津奈木	④ 9:30 ~ 9:50		
			⑤新川	⑤ 10:00 ~ 10:20		
			⑥古川	⑥ 10:30 ~ 10:50		
	3日(月)	平国コミュニティセンター	①福浦	① 8:00 ~ 8:20		
			②平国上・辻	② 8:30 ~ 8:50		
			③平国下	③ 9:00 ~ 9:20		
	5日(水)	農業就業改善センター	①竹中	① 8:00 ~ 8:20		
			②③染竹	② 8:30 ~ 8:50		
			④⑤桜戸	③ 9:00 ~ 9:20		
			⑥浜崎	④ 9:30 ~ 9:50		
			6日(木)	農業就業改善センター	①町中	⑤ 10:00 ~ 10:20
					②中尾	⑥ 10:30 ~ 10:50
	③古中尾					
	④内野・川内					
	⑤上下門					
⑥倉谷						

※社会保険などの被扶養者でも、特定健診受診券を持参すれば、申し込み不要で当日にがん検診と一緒に特定健診を受診できます。集団健診で受診できるかどうかは、ご加入の保険者にご確認ください。

津奈木町国民健康保険 特定健診受診者の結果

《内臓脂肪症候群の割合》

国 (R5)	20.5%
県 (R5)	32.6%
町 (R5)	38.6%

※受診者の約4割弱で内臓脂肪が過剰に蓄積されている状態で、県内でも有所見者が多い状況です。

保健指導で生活習慣改善をサポート
健診受診後は、生活習慣病のリスクが高い人には、保健師などが健診結果と一緒に確認し、生活状況をお尋ねしながら一緒に考えていきます。

②みなし健診
定期的に通院中の人への受診方法です。検査結果を町に情報提供することで、普段の受診が特定健診になります。
③集団健診
毎年11月に実施している巡回健診で、町内2か所で行っています。詳しくは上記日程を参考にお申し込みください。
※①の対象者には9月下旬ごろ②の対象者には10月にお知らせを送ります。
※いずれも津奈木町国民健康保険加入者が対象です。

目指せスマート!!



生活習慣病を早期発見・予防 特定健診・保健指導

問ほけん福祉課保険班・福祉班
☎78-3115 (内122・124)

日 本人の生活習慣などの変化で、近年は糖尿病などの生活習慣病の有病者・予備群が増加しています。これが原因で死亡する人は、全体の約40%にのぼると推計されています。

年に一度、特定健診を受けましょう

特定健診とは、メタボリックシンドロームに着目した健診で、40歳から75歳未満の人が対象です。「メタボ」は、太っているという意味ではなく、内臓脂肪の蓄積で代謝異常が起きている状態のことを指します。心臓病や糖尿病などの生活習慣病は進行するまで自覚症状がなく、発症すると死につながる可能性があります。特定健診を受けることで、これらの病気の進行をある程度予測でき、その改善と予防につながります。そのためにも40歳を過ぎたら年に一度、特定健診を受けましょう!

どうやって健診を受けることができるの?

皆さまのご都合に合わせて受診することができます。3つの受診方法があります。
①個別健診
水俣市・葦北郡の医療機関で受診することができる健診で、病院に直接予約をして受診します。ご都合の良い日に受診することができます。