年に１度の！

健康診査が始まります

問健康推進課　☎22-1362

（40～74歳の方）受けて安心！ 特定健診

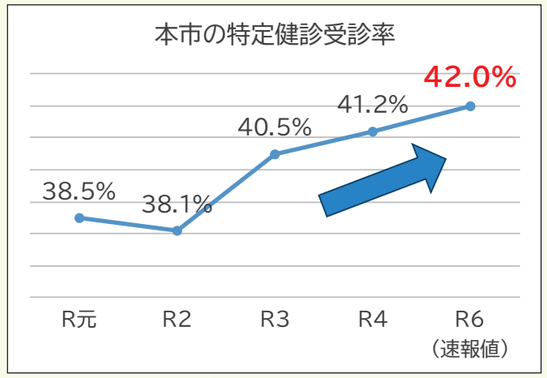
生活習慣病や、その前段階であるメタボリックシンドローム（メタボ）の発見と予防・改善を目的に行われるのが特定健診です。

メタボは、過剰な内臓脂肪が原因で生活習慣病にかかりやすくなっている状態です。

生活習慣病は、その名のとおりさまざまな生活習慣が原因となり発症する病気で、そのほとんどが自覚症状なく進行し、動脈硬化を引き起こします。

健診を受けることで、メタボだけでなく①血圧が高い、②中性脂肪やLDL（悪玉）コレステロール値が高い、③血糖値が高いといった血管を傷める病気の小さな予兆を見つけることができます。

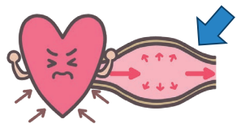
増えています！
特定健診を受けている人



出典：データからみたみやぎの健康（令和６年度版）／国保データベース

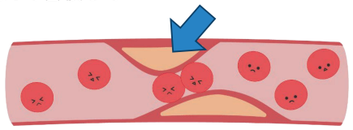
①血圧が高いと？

強い圧力が血管の壁に加わる
・傷がつく
・耐えようとして厚くなる



②中性脂肪・コレステロール値が高いと？

・余分な脂肪が血液を固める成分とくっつき血液の流れが悪くなる
・傷から血管の壁に入り込んで蓄積して血管内が細くなる



③血糖値が高いと？

血管を傷つける物質の発生が促される

血管が硬く・つまりやすくなる ＝ 動脈硬化
心筋梗塞、脳梗塞などの大きな病気を発症するリスクが高くなる

自分では気付かない体の変化をチェックして、自分の健康を守りましょう！

活かそう！　大切な健診結果

健診を受けたあと、届いた結果を見たままにしていませんか？
ご自身の健康やイキイキとした生活をこれからも維持するために、健診結果を活用しましょう！

『要医療』となった方

受診が必要と判定された方は早めに医療機関を受診しましょう。

生活習慣の見直しが必要な方：特定保健指導

『メタボ該当者・予備群』と判定された方は、保健師・栄養士等の専門家と一緒に生活をふり返ってみませんか？

利便性の向上を目指し、健診会場での当日指導も行います。

各健診の詳細

	基本健康診査		特定健康診査		後期高齢者健康診査	
対象者	19～39歳の国民健康保険加入者		40～74歳の国民健康保険加入者		75歳以上の申し込みされた方	
個人負担	集団健診 1,000円	個別健診は実施していません	集団健診 1,000円	個別健診（医療機関） 1,000円	集団健診 無料	個別健診（医療機関） 無料
検査内容	問診、診察、計測（身長、体重、腹囲）、血圧、尿検査（たんぱく、糖）、血液検査（脂質、肝機能、糖代謝、クレアチニン、尿酸） ※後期高齢者健康診査では、腹囲の計測・尿酸の検査はありません。					

※75歳以上で申し込みを忘れてしまった方は、健康推進課（☎22-1362）にお問い合わせください。
また、社会保険などに加入している方や扶養になっている方は、各保険者にお問い合わせください。

令和７年度　総合検診（集団健診）の日程

実施日	時　間	場　所
8月27日(水)～9月9日(火) ※日曜日を除く	9:00～11:00 13:30～15:00	ホワイトキューブ
9月30日(火)		

受診票は８月中旬に届きます！
病院に通っている方も対象です！

9月8日(月)は夜間（17:30～18:30）にも受診できます。
自治会ごとの詳しい日程は、受診票や同封のチラシをご確認ください。
ご自身の自治会の日程で都合がつかない場合は、上記であればどの日でも受診できます。
同日に結核・肺がん検診、前立腺がん検診、肝炎ウイルス健診も実施しています。

特定健診および胃がん検診を受けた方の中から、抽選で本市の特産品が当たるキャンペーンを実施します。

応募方法は、受診票に同封されているチラシをご確認ください。

令和６年度はこんな特産品が当たりました！
※内容は変更になる場合があります。

（該当の方に）生活習慣病早期発見のため尿中アルブミン検査・推定塩分摂取量検査を実施します

令和６年度の健診結果が各検査基準に該当した方には、通常と比べて大きい尿検査容器をお送りします。

詳しくは受診票に同封されるチラシをご確認ください。

受診票にも表記されますので、ご家族の分と間違いのないようご確認ください。

通常