

# 健康になるためのステップアップ!



## 2. 結果を分析!

健診結果を見ると色々なことがわかってきます。しかし、結果表には専門用語も多く、把握が困難な場合もあります。

総合福祉センターでは、健診結果について説明を行う**勉強会**や**ご自宅への訪問**を実施し、検査項目や項目の数値と生活習慣の関係について、保健師と管理栄養士からわかりやすく説明します。

この他にも、希望者には個別で説明を行っていますので、お気軽にお問い合わせください。



More information

### ■ 特定健診 健診結果勉強会

【日程・予約期間】

健診受診月	期 日	予約期間
6月に受診	8月19日(水)	8月14日(金)
7月に受診	9月11日(金)	9月 8日(火)
8月に受診	10月 9日(金)	10月 7日(水)
	10月29日(木)	10月26日(月)

※特定健診を受診した月によって、期日・予約期間が異なります

【時 間】 9時30分～11時

【場 所】 総合福祉センター「ひまわりの里」

【内 容】 ○全体説明会 ○個別相談 ○体験ブース（ジュースの砂糖量体験、減塩レシピの試食）  
○日ごろ飲んでいる汁物の味・塩分の濃さ測定（希望者は味噌汁やスープを少量持参）

### ■ 保健師・管理栄養士が訪問します

特定健診の結果をもとに、町の保健師・管理栄養士がご自宅を訪問し、現在の体の状態などの説明を行います。

【訪問時期】 7月末～



## 1. まずは受診!

受診内容は、血液検査、尿検査、診察、問診、身体測定、心電図です。医師の判断により眼底検査も行われます。

### < 個人健診 >

【期 間】 8月31日まで

【場 所】 特定健診実施医療機関

### < 集団健診 >

【日 時】 8月10日(月)、11月12日(木)、12月20日(日)

【場 所】 総合福祉センター「ひまわりの里」

【その他】 集団健診は予約が必要です。

8月10日実施分は、7月21日(火)までに保険環境課 医療介護保険係に予約してください（先着20人）。

More information

### ■ 特定健診の受診券、届いていますか？

40歳から74歳の国民健康保険加入者に、受診券（黄緑色）を5月末に発送しています。届いていない方はお問い合わせください。

なお、今年度75歳になる方で特定健診受診を希望する方は、誕生日前日まで特定健診を受診できます。ご希望の方はお問い合わせください。

### 【受診券のイメージ】



※受診券はA4サイズです  
※裏面は問診票となっています。健診当日は記入の上、国民健康保険被保険者証、受診料を持参してください