

特集

さあ 健診に行こう

～国民健康保険・後期高齢者医療保険の方へ～

無料で
受けられるよ!



なぜ健診に
行った方がいいの?

食の欧米化や生活スタイルの変化によって、生活習慣病患者は毎年増加しています。そのため、生活習慣の見直しと改善が求められています。特定健診では、主にメタボリックシンドロームに着目しており、生活習慣病やその予備群と判定された方は保健指導を受けます。また、健診を受診することで自分の健康状態を確認できたり、生活習慣病を予防できるほか、結果的に生涯の医療費を減らすことにもつながります。健診を受診して、健康な体づくりを目指しましょう。

		26年度	27年度
メタボ	該当率 (%)	21.9	23.3
	県下順位	ワースト6	ワースト4
特定健診	受診率 (%)	38.4	38.2
	県下順位 (54市町村中)	42	42

市民の健康状態(市国保法定報告より)

特定保健指導対象の方

動機付け支援: 生活習慣改善のプランを立て、6カ月後に改善状況を確認します。
積極的支援: メタボ解消のプランを立て、6カ月間の継続した支援を行います。

特定保健指導対象外の方

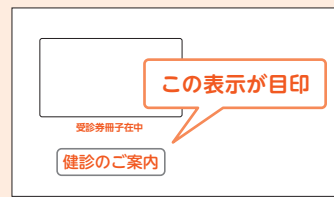
情報提供: 今回の健診では問題ありませんが、健診結果と生活を振り返りましょう。

健診の結果、生活習慣病の危険性のある方や重症化を予防したい方は、特定保健指導や重症化予防保健指導を無料で受けることができます。保健指導を受けることが、生活改善をサポートします。

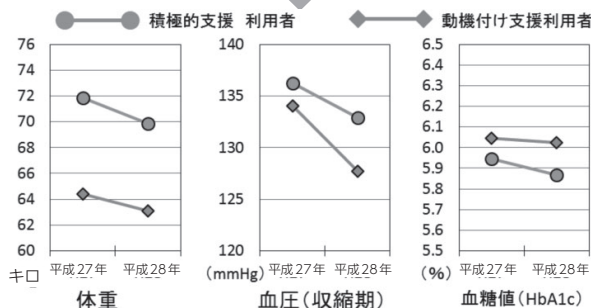
受けられる保健指導

健診受診券、各種がん検診・胃がんリスク検診・肝炎ウイルス検診受診票を1冊にまとめました。受診するときは切り離さず、医療機関に渡してください。5月下旬に発送します。

健診受診券



こんなに効果が出ています!



蒲郡市国保加入者の特定保健指導利用者 平成27年と平成28年特定健診結果を比較

蒲郡市の 特定保健指導利用者は最大で



体重 9.8キロ 減↓
腹囲 18.5センチ 減↓