

健康診査でああなたの元気、確かめませんか。

健診を最後に受けたのはいつですか。

健康診査は、自分の体の状態を知る有効な手段です。

町では、健康診査を通じて皆さんの健康管理のお手伝いをしています。

4月からは、65歳以上の方の健診内容が変わります。

健診の内容を知り、あなたの元気を確かめてみましょう。

基本健康診査

35歳～64歳以下の方

高血圧・高脂血症などの生活習慣病は、その初期にはほとんど自覚症状がなく、健康だと思っても気づかないうちに病気が進行している場合があります。

生活習慣病の方が増加している現在、生活習慣病は30歳代からの予防が大事ともいわれています。

健康診査では、生活習慣病の危険性調整がわかるので、自分の体の状態を知る有効な手段です。

内容

昨年と同様で、血圧・診察・血液検査など、主に内科的な検査です。

40歳以上の方は、5歳刻みの節目の歳に、肝炎ウイルス検査も実施しています。（ただし一度受診された方は除きます。）



65歳以上の方

要介護状態になる大きな原因には、脳梗塞などの病気で、外に、加齢とともに起こる心身の機能の衰え（老年症候群いわゆる老化）があります。

老化は、転倒や閉じこもりなどを引き起こすと言われていますが、「老化は防ぐことができないもの」と思っています。せんか？

老化も、生活習慣病などの病気と同様に、早期にその状態を知り、運動習慣や趣味、外出の頻度などを気を付けていれば老化の進行を緩め、改善することもできます。

そこで、老年症候群の状態を知り、要介護状態に陥ることを予防するために、4月からの基本健診では、従来の診査に老年症候群を早期に発見するための項目が加わるようになります。

内容

35歳～64歳の方の健康診査内容に、以下の項目が加わります。

①基本チェックリスト

転倒リスクや閉じこもり度などをチェックするための問

診です。

②体力測定

基本チェックリストで、転倒リスクが高い可能性がある方のみ実施します。

③診察

医師が必要と判断した場合、口腔内や飲み込み方、また、手足の動きを確認します。

通知方法

職場や病院等で受診される方を除いて、対象の方に個別通知をします。ただし、退職された方や、対象の方で通知の来ていない方、また欠診届を出されていて受診を希望される方はご連絡ください。（本川地区は従来通り回覧で希望をとります。）

がん検診

胸部検診（40歳以上）・胃

がん検診（40歳以上）・大腸がん検診（40歳以上）・乳がん（マンモグラフィ）検診（40歳以上）・子宮頸がん検診（20歳以上）を実施しています。

伊野地区では、胸部検診を除いて、電話で申し込みを受け付けています。大腸がん検診は、検診日当日に希望者に検診容器を配布しています。（ただし、中追・三瀬地区は電話で申し込みを受け付けています。）

吾北・本川地区は従来どおり回覧で希望をとります。検診の日程、申し込み方法は回覧・健康カレンダー・広報でお知らせします。

問い合わせ先

ほけん課（すこやかセンター）
ー伊野内）

☎893-3811
吾北総合支所ほけん福祉課

☎867-2312
本川総合支所ほけん福祉課

☎869-2114