



国民健康保険にご加入の **40歳から74歳の皆さんへ** **受けましょう！ 特定健診・特定保健指導**

あなたは毎年特定健診を受けていますか？
自分の健康状態を知るための特定健診は、生活習慣を見直すきっかけとなります。生活習慣を改善し、健康を維持することは医療費・介護サービス費の軽減にもつながります。
対象のかたには、8月中旬に特定健康診査受診票を郵送します。
年に一度は特定健診を受け、自分の健康について考えましょう。

生活習慣病の予防には

特定健診・特定保健指導が有効です

「高血圧」「脂質異常」「高血糖」といった生活習慣病は、ほとんど自覚症状がなく、なかなか気づくことができません。自覚症状がでたときにはすでに重症化している場合が多く見受けられます。

進行した状態から治療を受けるよりも、早い段階で生活習慣の改善や治療に取り組めば、医療費及び時間や心身にかかる負担の軽減につながります。

国保加入者の

特定健診受診率は？

平成29年度の町の国保加入者の特定健診受診率は50・7%で、県内では14位でした。一方、町の協会けんぽ（社保）加入者の特定健診受診率は59・9%で、県内では10位でした。比べてみると国保加入者のかたの受診率の低さが気になります。

「健診は受けた方がいい」と分かっているけど、『忙しくて暇がない』、『健康だから

大丈夫』、『ひっかかったら面倒くさい』と、健診を避けていませんか？

あなたのその油断に生活習慣病の影が忍び寄ってくるのです。

『特定健診が無料で受けられるなら行ってみよう』と、前向きに考えてみましょう。

宮城県のメタボ該当者+

予備群は全国ワースト2位

平成29年度の宮城県のメタボリックシンドローム（生活習慣病）該当者と予備群の割合は、30・4%で、全国ワースト2位となっています。

その中でも大河原町は32・5%で、かなりのかたが「メタボ」という状況です。

メタボは、放っておくと命に関わる重大な病気に至る可能性があります。特定保健指導により保健師や管理栄養士などのアドバイスを受けながら生活習慣を見直すことで、改善へとつなげていくことが重要です。

年に一度は特定健診を受診し、自身の健康状態を確認しましょう。

参考：データから見たみやぎの健康（令和元年度版）



集団健診 日程・会場一覧

月日(曜日)	実施会場	9:00～ 9:30	9:30～ 10:00	10:00～ 10:30	10:30～ 11:00	13:00～ 13:30	13:30～ 14:00	14:00～ 15:00	17:00～ 19:00
8/18(火)	総合体育館	橋本・福田	小山田	中町	小島・桜町2	上谷1		桜町3	
8/19(水)	総合体育館	上大谷	本町2	尾形丁1		南原前		稗田	
8/20(木)	総合体育館	保料		幸町		西原			指定の時間帯に都合のつかないかた
8/21(金)	総合体育館	尾形丁2	上谷2	未広		上谷3			
8/22(土)	金ヶ瀬公民館	堤1	堤2	金ヶ瀬3	新開・新寺	金ヶ瀬5	金ヶ瀬6		
8/23(日)	金ヶ瀬公民館	湯尻	金ヶ瀬4	金ヶ瀬1	金ヶ瀬2	緑団地	丑越		
8/24(月)	総合体育館	中島町		錦町		住吉町		原前	
8/25(火)	総合体育館	本町1		桜町1		上川原			指定の時間帯に都合のつかないかた
8/26(水)	総合体育館	上町2		上町1		新田町			

【会場】 総合体育館（住所：字小島 1-7） 金ヶ瀬公民館（住所：金ヶ瀬字原 88）

※例年、午前午後の始まりの時間帯が大変混雑します。

待ち時間解消及び感染拡大防止の観点から、“三密”にならないよう、なるべく決められた日程・受付時間での受診にご協力をお願いします。

※特定健診のほか、青年期健康診査・結核（肺がん）検診・肝炎ウイルス検診・骨粗しょう症検診も同じ日程で実施します。

※健診当日の結果から特定保健指導の対象となるかたは、健診会場で特定保健指導（初回面接）を受けることができます。該当するかたには特定保健指導のご案内をしますので、ぜひ、受けましょう。

追加健診日

月日(曜日)	実施会場	9:00～11:00	13:00～15:00
9/12(土)	総合体育館	上記期間中に都合のつかないかた	
10/11(日)	金ヶ瀬公民館	上記期間中に都合のつかないかた	

※10月11日(日)は「特定健康診査」及び「青年期健康診査」のみ実施します。

個別健診

実施期間	10月予定
申込方法	町内実施医療機関へ申込み

※詳しくは、今後のおしらせばんに掲載します。

問合せ ▶ 健康推進課 保健予防係・保険給付係（1階③番窓口） ☎ 0224-51-8623