

育てよう健康。

生活習慣病健診（特定健診）のご案内

自分のカラダのことを知っていますか？ 健康をおびやかす、心臓病、糖尿病、脳卒中…。これらの生活習慣病は自覚症状がなく進行するため、異常に気づくためには年に1回の健診がかかせません。町の特定健診(生活習慣病健診)は、札幌医科大学の協力を得て実施しており、20歳以上であれば、健康な方、普段から病院に通院している方、どなたでも受けることができます。通院中の方も、健康に不安が無い方も、ご自身の身体の状態を知り、自分の健康を育てるために、年に1度は健診を受けましょう！

【対象者】 **20歳以上の全町民**

【健診料金】

無 料 [国民健康保険・後期高齢医療加入者、生活保護世帯]
2,000円 [社会保険・共済組合等の健康保険加入者で受診券の無い方]
 ※ 社会保険等の加入者で、受診券をお持ちの方は、受診券を持参すると健診料金が **無 料~1,000円** でお得に受診できます。

【持ち物】

- ① 健診票 ② 健診問診票 ③ 健康保険証 ④ お薬手帳
- ⑤ 受診券 社保、共済の方は、お勤め先に確認してください。
国保、後期、生保の方は健診票に綴じてあります。
- ⑥ 老眼鏡 (必要な人)

【健診内容】

- ① 尿検査 ② 身体計測 ③ 問診 ④ 血圧測定
- ⑤ 医師の診察 ⑥ 血液検査 ⑦ 心電図検査 ⑧ 体組成測定
- ⑨ 眼底検査 (医師が必要と判断された人)
- ⑩ 脈波検査 (男性の希望者)、または内臓脂肪測定 (女性の希望者)
- ⑪ サルコペニア検査 (65歳以上の希望者)

健診日程表

実施日	健診会場	受付時間	対象地区
7月27日(金)	仲洞爺公民館	午前7:00~8:30	仲洞爺・東湖畔1 東湖畔2
7月28日(土)	壮瞥町保健センター	午前7:00~9:00	滝之町3・滝之町4 不動・しらかば・ほくと
7月29日(日)			全町
7月30日(月)	壮瞥町研修センター	午前7:00~8:30	壮瞥温泉・壮瞥温泉団地 昭和新山・洞爺湖温泉
7月31日(火)	農村環境改善センター	午前7:00~9:00	南久保内・弁景・幸内1 幸内2
8月1日(水)			久保内1~5・上久保内 蟠溪
8月2日(木)	壮瞥町保健センター	午前7:00~9:00	建部・建部改良・星野 建部団地・立香・立香2
8月3日(金)			橋口1・橋口2・緑 宮前・滝之上・滝見

※対象地区以外の会場でも受診できます。ご都合の良い会場で受診してください。

【注意事項】

1. 朝は何も食べないで、健診会場にお越しください。**水は飲みます**
2. 受付後に**尿検査があります**。(塩分測定には、尿検査が必要です)
3. 朝に服用している薬がある場合は、事前にご相談いただくか、当日、持参してください。
4. 保険証と受診券(配布されている方のみ)は、必ず持参してください。
※社保、共済の方の受診券については、お勤め先に確認してください。
5. 問診票等は必ず記入してください。
※未記入の場合、問診に時間がかかるため、待ち時間が長くなります。事前の記入にご協力ください。

★ 土、日の健診でも、コミュニティータクシーがご利用になれます！ ★

「土、日に健診に行きたいけど移動手段が無い」という方は、休日の健診日に併せてコミュニティータクシーを臨時に運行します。

【運行日】・7月28日(土)・7月29日(日) 【料金】片道 100円 【利用方法】事前に、保健センター(66-2340)までお申し込み下さい

(※上記以外の日程については、普段の1便が利用できます。直接、毛利ハイヤー(66-2366)に連絡してください)

裏面もごらん下さい





オプション検査のご案内（希望者対象）

～ 女性の皆様 ～

★内臓脂肪スキャン検査のお知らせ★

心電図検査を受けた後に、普通ならCT検査で行う内臓脂肪の状態の確認を簡単にできるスキャン検査を受けてみませんか？5分程度で終わる検査です。（X線の被ばくの心配も全くありません）

～ 男性の皆様 ～

★脈波検査のお知らせ★

心電図検査を受けた後に、血管のしなやかさの状態や血管年齢を確認する検査を受けてみませんか？寝た状態で簡単にできるので、5分程度で終わる検査です。

検査日：7月27日（金）～8月3日（金）の全日程
場所：各健診会場
料金：無料



【どちらの検査も、その場で結果をお渡しします。】

- ※ 検査を希望される方は、健診当日、血压測定の場合で申し込んでください。
- ※ 両方の検査は、心電図の場面で待ち時間が少し長くなると思われるので、ご了承ください。
- ※ 内臓脂肪測定検査、脈波検査は単独では受けられませんのでご了承ください。（健診の受診が必要です）

★サルコペニア検査のお知らせ★

サルコペニアとは、加齢などで全身の筋肉量が減少し、身体機能が低下している状態を指し、**介護状態、寝たきりの原因**となります。全身の筋肉量を測定し、サルコペニアの危険がないかチェックができます。

対象者：65歳以上の希望者（男女問わず）
検査日：7月27日（金）～8月3日（金）の全日程
場所：各健診会場
料金：無料
検査方法：体組成測定+4m歩行測定+下肢筋力測定



- ※ この検査は、一人当たり10分程度掛かります。混雑状況によっては、少々待ち時間があるかもしれません。
- ※ サルコペニア検査のみでは受けられませんのでご了承ください。（健診の受診が必要です）

お問い合わせは 壮瞥町保健センターへ Tel 66-2340

オプション検査のご案内（対象者のみ）

下記2つの検査については、対象年齢に該当する方が対象となる検査となります。対象となる方には、健診問診票に検査用紙（肝炎検査→藤色、胃がんリスク検査→オレンジ）がはさんでありますので、ご確認・ご記入の上ご持参下さい。

（対象年齢以外での検査実施は予定しておりませんのでご了承下さい）

※両検査とも、同時に対象となることはありません

★ 肝炎ウイルス検査のお知らせ ★

肝炎とは、肝臓が炎症を起こし、肝細胞が壊される病気です。とくにC型肝炎、B型肝炎を主とするウイルス肝炎にかかっても、自覚症状がないため、治療機会を逃している可能性があります。放っておくと肝硬変や肝臓がんなどへと進行する危険があります。しかし、早期発見すれば根治も可能です。安心のために、ぜひ1度は検査を受けてください。

対象者：40歳以上の対象年齢となる町民

※今年度、40歳から5歳刻み（40、45、50、55、60、65、70、75、80）の年齢となる方には、事前に肝炎ウイルス検査の問診票を同封しています。

検査日：生活習慣病健診（特定健診）と同じ日程

場所：各健診会場

料金：無料

検査方法：採血（健診の採血と同時に行うため、1度で済みます）



★ 胃がんリスク検診（ABC検査）のお知らせ ★

胃がんリスク検診は、「ピロリ菌感染の有無を調べる検査」「胃粘膜の萎縮度を調べる検査」を組み合わせ、胃がんになりやすいかどうかを危険度別に分類する「胃の健康度」を調べる検査です。ピロリ菌の早期除菌による胃がん予防を目的として、ピロリ菌抗体検査と胃粘膜の萎縮度を調べる検査を実施します。

実費で受けると、4,500円程掛かる検査を、この機会に受けてみませんか？

対象者：30歳以上の対象年齢となっている町民

※4月1日現在で、30歳から5歳刻み（30、35、40、45、50、55、60、65、70）の年齢となっている方には、事前に胃がんリスク検査の問診票を同封しています。

検査日：生活習慣病健診（特定健診）と同じ日程

場所：各健診会場

料金：無料

検査方法：採血（健診の採血と同時に行うため、1度で済みます）

