

特定健診を受けましょう

特定健康診査受診券を発券しています

国保に加入されている
40歳から74歳の方対象

特定健康診査、特定保健指導は、40～74歳までの方が対象で、各医療保険者が加入者の健康を守るために始まった健診制度です。飽食の時代に増加してきた脳卒中や心筋梗塞など、動脈硬化が原因で引き起こされる病気を防ぎ、健康寿命を延ばすことが目的です。

内臓脂肪が蓄積すると、高血圧、糖尿病、高尿酸（痛風）、高脂血症（コレステロールや中性脂肪が高い）等、動脈硬化を伴う病気を発症しやすくなり、この状態をメタボリックシンドロームと呼びますが、特定健康診査は、このメタボリックシンドロームに着目した

健診なので、「メタボ健診」と呼ばれることもあります。受診後は、メタボリックシンドロームの危険因子を持っている方に、健康を取り戻すための食べ方や飲み方、運動量など、ご自分に合った方法を取得するためのお手伝いをさせていただきます。特定保健指導を受け



（作／画おにぎりくん）

※来月は浦幌町国民健康保険運営協議会委員（浦幌多田医院）の小野寺悠太先生にメタボについて詳しく教えていただきます。

「特定健康診査受診券」がお手元に届きましたら、ぜひ、健診を受けられることを「検討下さい。」

※特定健康診査は、「小野寺クリニック 浦幌多田医院」、「浦幌町立診療所」、「本別国民健康保険病院」、「帯広協会の病院」、「北斗病院（脳ドックも含む）」、「帯広第一病院」、「池田町くりばやし医院」、「帯広厚生病院が実施する巡回ドック、人間ドック」、保健福祉センターで実施する「総合健診」で受診することができます。

若いうちから生活習慣病を予防していただけるよう、39歳未満の方も、「本別国民健康保険病院」と保健福祉センターで実施する「総合健診」を受けることができます。

お申込みは、保健福祉課保健予防係まで。（TEL576・5111）