

『健診』忘れていませんか？

市民の健康維持や管理に「健診結果は生活習慣の表れ」と、市では特定健診・一般健診を活用していただくようにすすめています。

「健診を忘れていた」、「元気だから大丈夫だろう」、「病院で治療しているから」などの理由で未受診になっていませんか？市では、そのような方を対象に右記日程で健診を行います。

健診を受けることで、体の健康状態やメタボリックシンドローム、生活習慣病になるリスクがわかります。1年に1度の健診で、自分の健康状態と生活習慣をチェックしましょう。

●これからの特定健診・一般健診の日程●

実施日	場 所
12月2日(木)	西多久公民館
12月3日(金)	多久公民館
12月7日(火)	南多久公民館
12月8日(水)	東多久公民館
12月10日(金)	母子健康センター

〈時間は、いずれも8時30分～11時30分〉
未受診の方には、12月の健診案内をお送りしますので、内容を確認し、受診してください。当日は、国民健康保険証と受診券を必ずお持ちください。なお、受診券を紛失した方や、質問のある方はご連絡ください。

健診を受けて『特典』もご利用ください！

メリット1

市内のお店で利用できる オトクな『クーポン券』がもらえる

国民健康保険加入者を対象にした『健康づくり戦略応援クーポン』を今年度初めて企画し、受診後に会場でお渡ししています。市商工会やJAなどの協力で29店舗が「応援の店」として登録。飲食店やスーパー、農産物直売所などで独自の優待サービスを受けられます。(病院で受診の場合は後日郵送します)

クーポン券は、登録業者やサービス内容なども確認できるご案内(ピンク色のA3サイズ)の右側に5枚あります。切り離してお使いください。有効期限は平成23年3月31日までです。



メリット2

『結果説明会』で貴重な情報が得られる

健診を受けたすべての方を対象に『結果説明会』を開いています。健診結果の値について、

「今、どんな状態？」、「今後どんなことをすればよくなるか」など、生活習慣病の予防や改善に役立つ情報を提供しています。

結果説明会に参加された方からは、「目からウロコの話が聞けた」や「手厚いご指導がうれしい」などの声が聞かれ、生活習慣を見直すよききっかけになっています。

メリット3

専門家のから生活改善をサポートしてもらえる

特定健診の結果から、生活習慣病のリスクに応じて、「積極的支援」「動機的支援」の対象となった方には、保健師・看護師・管理栄養士等の専門家が『特定保健指導』を行い、生活改善のための支援を行います。