

毎年健診を受けることで、健康管理ができるね！



早めに病気がわかったので、ひどくならずすみしました。



健診のあと、保健指導を受けることができたので、自分の生活習慣を振り返ることができました。



病気を予防できれば医療費も節約できるね！



★特定健診をうけるメリットは？

- 問診
  - 身長、体重、腹囲測定、血圧測定
  - 血液検査
    - 肝臓の検査：AST、ALT、γ-GT
    - 脂質の検査：中性脂肪、HDL・LDL、コレステロール
    - 糖尿病の検査：血糖値、\*HbA1c
    - 腎臓の検査：\*尿酸値、\*クレアチニン
    - 貧血の検査：\*血小板
  - 尿検査（糖、蛋白、\*潜血）
  - その他必要な人には心電図、眼底検査、貧血検査が追加されます
- \*は、国の基準に追加して実施しています

えっ!?  
1,000円でこんなに検査できるの？



★多久市の特定健診の検査項目

## 私たちが各町を担当している保健師・看護師です！

みなさんの健康づくりをお手伝いします。医療費削減のためにも一緒に取り組みましょう♪

H26は健診を受けて下さった方が増えて1人でも多くの方が自分の体の状態を知ってくれていると思うと嬉しいです！でも、まだメタボの方が多いので、どうしたらいいか、一緒に考えていきましょう。

### 東多久町担当



保健師：稗田修子 保健師：百武佐知子 看護師：林田真智子

つながりの町、多久町だからできること  
★まずは、健診をうけて血管の傷みを予測してみよう！  
★メタボから脱出して、脳と心臓を守る！  
そんな健康で生き活きな多久町をみんなで一緒に築いていきましょう。みなさんの生活でやってよかった体験談など教えてください。

### 多久町担当



看護師：船崎まゆみ 保健師：原佳代子

受診率が一番低いのが北多久町です！健診を受けていないみなさんは“どんな生活をされているのか”心配です！

特定健診を受けて、自分の体を点検してみませんか？健診会場でお待ちしています！

### 北多久町担当

保健師：田中小百合 保健師：下村みゆき

### 南多久町担当



保健師：東江真澄 保健師：牟田将人

南多久町のみなさんは仕事が運動になっている方が多い様です。…が、実は血糖値が高い方も多い地区です。まずは、健診を受けて、自分の体の動き方に合う食べ方をいっしょに考えてみませんか？ぜひ、私たちにお手伝いさせてください。

### 西多久町担当



保健師：菊池伊津子

西多久町は受診率は市内1位で、対象者の中で病院にもかかわらず、健診も受けていない人が28人（H26）でした。28人全員に会って、健診の必要性を伝え、今年は受けてもらえたら…と思っています。



看護師：田中羊子 保健師：堀田美香