

## 総合検診実施日程

実施日	実施場所	時間
8月17日	三住研修センター	9:00～ 9:30
	不忘研修センター	10:30～11:00
	八宮生活センター	13:00～14:30
8月20日	小原中学校体育館	9:00～12:00
8月21日	深谷公民館	9:00～11:00
		13:00～14:30
8月22日	白川公民館	9:00～12:00
8月23日	越河公民館	9:00～11:00
		13:00～15:00
8月24日	斎川公民館	9:00～12:00
8月27日	大平公民館	9:00～11:00
		13:00～15:00
8月28日	大鷹沢公民館	9:00～11:00
		13:00～15:00
8月29日	福岡公民館	9:00～11:00
		13:00～15:00
8月30日(木)～ 9月7日(金)・ 9月28日(金)	中央公民館	9:00～11:00
		13:00～15:00

## 市の特定健診は こんなにお得！

実際にかかるお金  
6,290円～8,880円

自己負担額

集団健診 1,500円  
個別健診 2,000円

※総合検診では、特定健診・後期高齢者健診、結核・肺がん検診、肝炎ウイルス検査、前立腺がん検診を合わせて実施します。

※左記の日程であれば、どの会場でも受診できます。  
※ナイターは8月31日(金)、9月6日(木)・28日(金)の3日間です。時間は、17:30～18:30です。

※9月2日(日)は受診できません。

※社会保険に加入している方や社会保険の扶養になっている方は、各保険者へお問い合わせください。

## 特定健診（特定健康診査）を受けましょう！

～年に1回、自分では見えない「カラダのなか」をチェック！～

白石市国民健康被保険者対象（40～74歳）

### 特定健診

生活習慣病の前兆となるメタボリックシンドローム（メタボ）に着目し、生活習慣病の芽を摘むことを目的とした健診です。内容や料金に関しては左記の表1をご覧ください。



健診の結果、要医療となった方

### 医療機関受診

健診は受けて終わりではありません。健診結果で医療機関の受診が必要とされた方は、早めに医療機関を受診しましょう。



特定健診の結果、生活習慣の見直しや改善が必要な方

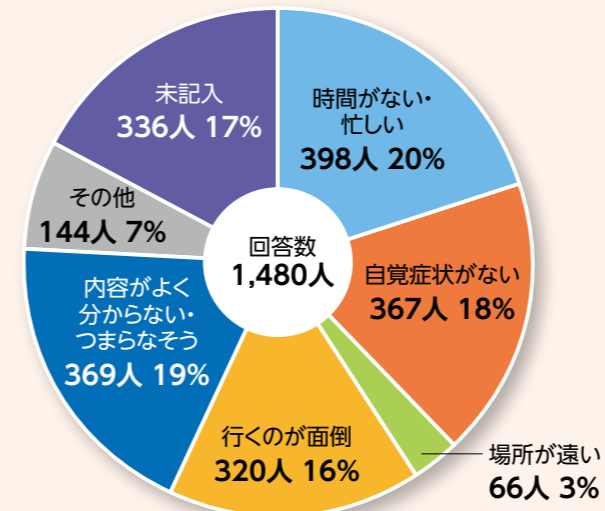
### 特定保健指導

健診の結果、メタボやその予備群と判定された方に実施します。該当者の方には特定保健指導の案内をお送りします。

また、昨年会場で行ったアンケート結果（図1参照）から、特定保健指導を利用しない理由について「時間がない、忙しい」、「行くのが面倒」と答えた方が多かったことから、本年度は一部の地域で当日指導を行います（腹囲と血圧で有所見となり、服薬していない方）。



図1 特定保健指導を受けない理由  
(平成29年度健診会場でのアンケート調査より)



特定健診に関する詳細は健康推進課(☎22-1362)まで気軽にお問い合わせください。

#### 【特定保健指導該当基準】

- ①腹囲（男性85cm、女性90cm以上）  
（※腹囲が非該当でもBMI25以上の方は対象）
  - ②血圧 収縮期 130mmHg以上（両方または一方）  
拡張期 85mmHg以上
  - ③中性脂肪 150mg/dl以上
  - ④HDL コレステロール 40mg/dl未満
  - ⑤HbA1C 5.6%以上
  - ⑥血圧、脂質、血糖の薬を服薬をしていない方
  - ⑦喫煙歴がある
- ※①+②～⑤の項目で1つ以上該当+⑥  
※⑦の項目や②～⑥の項目がいくつ該当するかで、指導の内容が変わります。

### 特定健診・後期高齢者健診は医療機関でも受診できます

特定健診と後期高齢者健診は、上記期間・会場のほか、指定医療機関で個別に受診することもできます。

期間は8月17日(金)から11月30日(金)までです。受診時に受診票を忘れずに持参ください。

※受診票に同封の「受診できる医療機関一覧（黄色）」をご確認ください。

※白石市国民健康保険加入者の基本健診は、上の表の会場のみです。

表1

	基本健康診査	特定健康診査	後期高齢者健康診査
対象	19～39歳の国保加入者	40～74歳の国保加入者	75歳以上の申込者
個人負担(※)	1,500円	1,500円 (個別健診は2,000円)	無料
検査内容	・問診、診察 ・計測(身長、体重、腹囲) ・血圧 ・血液検査(脂質、肝機能、糖代謝、クレアチニン、尿酸) ・尿検査(たんぱく、糖)	・問診、診察 ・計測(身長、体重、腹囲) ・血圧 ・血液検査(脂質、肝機能、糖代謝、クレアチニン、尿酸) ・尿検査(たんぱく、糖)	・問診、診察 ・計測(身長、体重) ・血圧 ・血液検査(脂質、肝機能、糖代謝) ・尿検査(たんぱく、糖)

※オプション(心電図、眼底検査、貧血検査)は別料金