

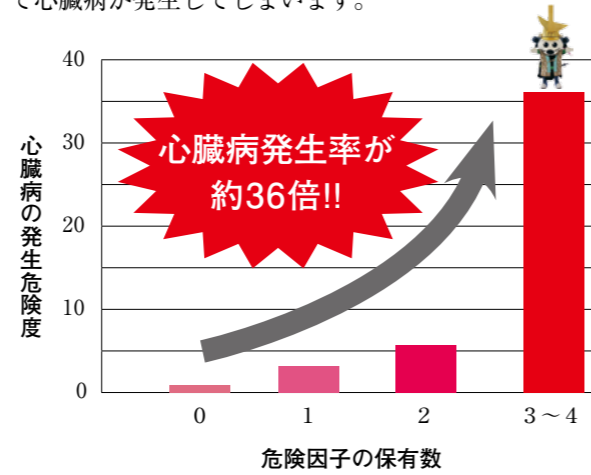
特定健診実施日程(総合検診に合わせて実施)

実施日	対象地区	時間	実施場所
8月19日 金	不忘・蔵王	9:00~ 9:30	不忘研修センター
	三住	10:30~11:00	三住研修センター
	八宮・芹沢・大綱	13:00~14:30	八宮生活センター
8月22日 月	小原全地区	9:00~12:00	小原中学校体育館
8月23日 火	西区上・西区下・南区	9:00~11:00	深谷公民館
	東区・北区	13:00~14:30	
8月24日 水	白川全地区	9:00~12:00	白川公民館
8月25日 木	越河1・2・3・4・5・6区	9:00~11:00	越河公民館
	越河7・8・9・10区	13:00~15:00	
8月26日 金	斎川全地区	9:00~12:00	斎川公民館
8月29日 月	大平1・2・7・8区	9:00~11:00	大平公民館
	大平3-1・3-2・4・5・6区	13:00~15:00	
8月30日 火	大鷹沢1・2・3・4・5区	9:00~11:00	大鷹沢公民館
	大鷹沢6・7・8・9・10・11区	13:00~15:00	
8月31日 水	山ノ下・山根	9:00~11:00	福岡公民館
	沖	13:00~15:00	
9月1日 木	尾籠・上原・下原・鎌先・弥治郎・川原・岩ノ上・城南の丘・田中	9:00~11:00	中央公民館
	滝上・滝下	13:00~15:00	
9月2日 金	南町・本町・中町	9:00~11:00	中央公民館
	長町・巨理町・短ヶ町・新町・清水小路	13:00~15:00	
9月3日 土	都合で受診できなかった方	17:30~18:30	中央公民館
	平日受診できない方	9:00~11:00 13:00~15:00	
9月5日 月	田町	9:00~11:00	中央公民館
	寿町・本郷第4・緑が丘・小下倉	13:00~15:00	
9月6日 火	本郷第3	9:00~11:00	中央公民館
	西益岡・中益岡・東益岡	13:00~15:00	
9月7日 水	柳町	9:00~11:00 13:00~15:00	中央公民館
	旭町・郡山	9:00~11:00	
9月8日 木	上郡山第1・第2	13:00~15:00	中央公民館
	都合で受診できなかった方	17:30~18:30	
9月9日 金	本郷第1・第2・大鷹沢12区	9:00~11:00	中央公民館
	寿山・鷹巣	13:00~15:00	
9月30日 金	都合で受診できなかった方	9:00~11:00 13:00~15:00 17:30~18:30	中央公民館

※混雑を緩和するため対象地区を指定していますが、対象地区以外の方も受診できます。
 ※土曜日は9月3日に受診できます。その他、夜間に受診できる日もありますのでご利用ください。

危険因子が重なると・・・

生活習慣病の危険因子となる「肥満（特に内臓脂肪型肥満）」「高血圧」「高血糖」「脂質異常」に該当する数が多いほど、「心臓病発生の危険度」が高まります。危険因子が3～4個の人は0個の人に比べ、約36倍もの確率で心臓病が発生してしまいます。



平成27年度特定健診有所見者状況(白石市国保)

メタボ該当者のほか、血糖、血圧、脂質異常の項目において、県全体の割合を上回っています。

項目	白石市	県
メタボ該当者	23.0%	19.7%
HbA1c5.6以上(血糖)	76.4%	65.9%
収縮期血圧130以上	49.6%	45.1%
拡張期血圧85以上	23.1%	20.0%
中性脂肪150以上	27.2%	21.2%
HDLコレステロール40未満	5.4%	5.0%

特定健診は医療機関でも受診できます

白石市国保加入者の特定健診(40歳~74歳対象)は、左記期間・会場のほか、受診票に記載の医療機関で個別に受診することもできます。自己負担金は2,000円。期間は8月19日(金)から10月31日(月)までです。

※白石市国保加入者の基本健診(19~39歳対象)と後期高齢者健診は、左の表の会場のみです。

平成26・27年度の特定健診未受診の方へ受診勧奨通知や電話連絡を実施しています

白石市国保加入者の特定健診受診率が県平均より低く、さらに年々低下してきています。そのため、市では専門性のある業者に委託し、特定健診未受診者に受診勧奨通知や電話連絡を行い、受診率向上に取り組んでいます。連絡が来た方は、ぜひ今年はお受けましょう。

●業者名 株式会社名豊

特定健診
みんなが受けると
ワンだふる

体の声を聞く機会を逃していませんか?
 特定健診を受けて
 体のメンテナンスをしましょう!

☎健康推進課(健康センター1階) ☎22-1362

市の健診
実はお得です

市の特定健診は1,500円(医療機関での個別健診は2,000円)で受けることができますが、実際には1人あたり6,290~8,880円かかっています。さらに、健診後の保健指導は無料で受けることができます。



生活習慣病を予防すれば
医療費や国保税の負担軽減につながります

平成27年度の白石市国保加入者の医療費を分析したところ、外来医療費全体の約4割を生活習慣病関連が占めていました。つまりは、生活習慣病を予防することで、医療費全体を引き下げることに繋がります。ひいては国保税といった皆さんの負担を減らすことにもつながります。

●平成27年度外来医療費の内訳(白石市国保)

1人あたりの外来医療費は1カ月29,141円で、県内で3番目に高いものとなっています。

診断名	割合
循環器(高血圧性疾患、虚血性心疾患)	12.2%
内分泌(糖尿病、脂質異常症)	16.2%
腎不全(透析含む)	10.8%

※外来医療費全体を100%として計算

~白石市国保加入者の方へ~ 今年こそは「人間ドック」を受けてみませんか

白石市国保では、人間ドック受診費用の助成を実施しています。半日(午前のみ)の検査でご自分の健康チェックができます。対象者は今年度に満40~74歳に到達する方で、白石市国保に加入している方。年度の途中で転入された方も対象となります。この機会にぜひ



早期発見で大きな病気を
予防しましょう

生活習慣病の危険因子である「肥満(特に内臓脂肪型肥満)」「高血圧」「高血糖」「脂質異常」の数が多いほど「心臓病発生の危険度」が高くなります。基準値から少しだけはずれたところであれば、少しの生活習慣の見直しで検査値の改善が期待できます。反対に、基準値から大きくかけ離れていると、生活習慣の見直しだけではなく、減量や食事制限、医療機関での治療が必要になる場合もあります。

市では、白石市国民健康保険(国保)加入者で特定健診・基本健診の対象となる方へ、8月中旬に受診票をお送りします。健診を毎年受けて、体のメンテナンスをしましょう。

健診を受けている人は
医療費が安く済んでいます

平成27年に特定健診を受診した方が、生活習慣病関連で受診した医療費の平均は2,206円でした。対して、特定健診を受診しなかった方の平均は14,926円。健診は、財布にもやさしい健康づくりといえます。

●健診を受けている人と受けていない人の医療費
~生活習慣病1人あたり医療費(1カ月)~

健診を受けている人	2,206円
健診を受けていない人	14,926円



ひ、受診してみたいかどうか。
 ※特定健診との重複受診はできません。

●自己負担額

- ・満40・45・50・55・60歳に到達する方 5,000円
- ・上記以外の方 10,000円

※医療費・受診率等の出典：国保データベース(KDB)システムより