

国民健康保険および後期高齢者医療保険に加入の皆さんへ

いきいき健康
ポイント対象事業

20
ポイント

生活習慣病を早期発見

特定健診・健康診査を受けましょう

生活習慣病は、日本人の死因の半数以上を占めています。初期には自覚症状が出にくく、気付いたときには重症化していることも多くあります。

「昨年受けたから」、「元気だから」といって健診を受けずにいると、体調の変化を見逃してしまうかもしれません。自覚症状の少ない高血圧症、脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病の早期発見のために、特定健診を毎年受けましょう。対象者には5月末に受診券を送付しています。

▶問い合わせ先 有明保健センター (☎ 68-5335)・市保健センター (☎ 64-7713)

特定健診・健康診査

▶対象者 「特定健診」 40 歳から 74 歳までの国民健康保険加入者

「健康診査」 後期高齢者医療保険加入者

▶健診料 無料

▶主な検査項目

- 問診 ●身体計測 ●血圧測定 ●尿検査 ●心電図検査
- 血液検査
 - ・脂質検査（中性脂肪、HDL コレステロール、LDL コレステロール）
 - ・血糖検査（空腹時血糖またはヘモグロビン A1c）
 - ・肝機能検査（GOT、GPT、 γ -GTP）
 - ・貧血検査（赤血球数、血色素量、ヘマトクリット値）
 - ・尿酸・クレアチニン検査

●肝炎ウイルス検査、前立腺がん検査、大腸がん検査の容器配布、結核・肺がん検診（集団のみ）

※平成 30 年 3 月 31 日までに 20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70 歳になる人は特定健診と同時に「胃がんリスク検査」も受診できます（無料）



わっかもん 若年者健診

忙しくて、なかなか健診を受ける機会のない世代の人に対する健康診査です。

若いうちから健診を受ける習慣をつけて、自分の健康管理に役立ててください。

対象者には5月末に受診券を送付しています。

▶対象者 20 歳から 39 歳までの国民健康保険加入者

▶検査項目 問診、身体計測（身長・体重）、理学的検査（診察など）、腹囲測定、血液検査、血圧測定、尿検査

※平成 30 年 3 月 31 日までに 20・25・30・35 歳になる人は若年者健診と同時に無料で「胃がんリスク検査」も受診できます

▶健診料 無料



日程および会場

①集団健診を受ける人

会 場	受 付 日 時		会 場	受 付 日 時	
市保健センター	6月 8日 (木)	13:00～14:00 18:30～19:30	有明保健センター	6月 9日 (金)	13:00～14:00
	6月13日 (火)	13:00～14:00		6月25日 (日)	9:30～10:30
	6月14日 (水)	9:30～10:30		6月26日 (月)	13:00～14:00
	7月 1日 (土)	13:00～14:00		7月 5日 (水)	13:00～14:00 18:30～19:30
	7月 9日 (日)	9:30～10:30		7月13日 (木)	13:00～14:00
	7月12日 (水)	13:00～14:00 18:30～19:30		7月14日 (金)	
有明漁業協同組合	6月12日 (月)	13:00～14:00	霊丘公民館	6月27日 (火) 6月28日 (水)	13:00～14:00
森岳公民館	6月15日 (木)	13:00～14:00	安中公民館	6月29日 (木)	13:00～14:00
	6月16日 (金)			6月30日 (金)	
白山公民館	6月19日 (月)	13:00～14:00	三会農村環境改善センター	7月 3日 (月)	13:00～14:00
	6月20日 (火)			7月 4日 (火)	
杉谷公民館	6月22日 (木)	13:00～14:00	島原市医師会館	7月 6日 (木)	13:00～14:00
	6月23日 (金)			7月 7日 (金)	

②個別健診を受ける人 指定医療機関に連絡し、日時を決めて受診してください

▶受診期間 6月1日 (木)～11月30日 (木)



ラッピングバス
運行中！

いきいき健康ポイントの市長賞当選者の声 (特定健診を受けて市長賞が当たりました)

今年、健診を何でも受けてみようと思い、特定健診、結核・肺がん検診、胃がん検診を受けました。健診の結果説明会に参加し、検査の数値が少し高めだったので、保健センターの管理栄養士と保健師から保健指導を受けました。その中で、健康管理のアドバイスをもらい、ウォーキングを始めることにしました。

今回受けた健診で「いきいき健康ポイント」が50ポイントたまっていることを知り、その場で応募して参加賞を受け取りました。

後日、保健センターから、市長賞の当選通知が届いてビックリしました。さっそく商品カタログの中から好きなものを選び、数日後、漁協からフグが届いたので、家族みんなで美味しくいただきました。

これからも毎年健診を受けて、100歳まで元気で長生きできるように、健康に気を付けて頑張りたいと思います。



松田 一朗さん
(浦田一丁目)

いきいき健康ポイントを集めよう ためる期間：11月30日 (木) まで



特定健診などを受けて「いきいき健康ポイント」を集めよう！
特定健診を受けると20ポイント加算されます。合計50ポイントを集めると、抽選で市特産品が当たります。
※詳しくは、市ホームページ (<http://www.city.shimabara.lg.jp/>) をご覧ください