

特定健診の時期がやってきました

特定健診とは心臓病や脳卒中など、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）に着目した健診です。あなたの健康習慣として、年に1回、必ず受診しましょう。

教えて！特定健診のいいところ

毎年、特定健診を受けている、内田 健雄^{けんゆう}さんに話を聞きました。

Q. 毎年、健診を受けてどうでしたか？

A. 健診結果をみて、1年間安心して暮らすことができます。私は、健診は車検と同じだと思っています。何より、自分が病気にならないために、予防が大事です。

Q. 生活習慣改善のアドバイスなども受けていますね？

A. 以前、メタボリックシンドロームと言われました。その後、運動などで6キロ体重を落としました。特に苦には思わなかったですね。今も減量後の体重を維持しています。

Q. これから特定健診を受ける皆さんへ、伝えたいことは何ですか？

A. 国保の特定健診は無料で受けられます。症状の無い病気を早期発見するためにも、健診を受けましょう。



内田 健雄 さん

「集団健診」中止のお知らせ

毎年、6～7月に公民館などで実施している集団健診（特定健診、結核・肺がん検診）は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、実施を見合わせています。個別健診での受診をお願いします。

- ①「特定健診」 集団健診を実施する際は、対象者へあらためて案内します
- ②「結核・肺がん検診」 集団検診を実施する際は、市ホームページなどでお知らせします。なお、個別健診は8月～11月に実施予定です

【検査内容】

問診、身体計測、血圧測定、尿検査、心電図検査、診察、血液検査、眼底検査（対象の人のみ）など

【日程・会場・方法】

○個別健診

▶受診期限 11月30日（月）

▶受診場所 市内指定医療機関（受診券送付の封筒に記載してあります）

▶受診方法 市内指定医療機関へ電話で予約してから、受診してください

※受診の際は受診券と健康保険証を必ず持参してください

※費用は無料です

妊婦へマスク配布中

新型コロナウイルス感染症感染予防のため、妊婦の皆さんへ無料で布マスクの配布を行っています。

マスク配布を希望する人は、市保健センターまで問い合わせして下さい。

▶問い合わせ先

市保健センター（☎64-7713）



小児の日曜診療所

☎ 63-0202（受付時間のみ）



※必ず電話受付後に来院してください

- 対象者 中学生以下の小児（内科疾患のみ）
- 診療場所 長崎県島原病院 小児科外来室
- 診療時間 土曜の18:00～日曜の17:00
- 受付時間 土曜の17:30～日曜の16:30

小児救急電話相談

夜間お子さんが急な病気やケガで困ったときは電話をしてください。看護師や医師が電話でアドバイスします。

短縮ダイヤル **#8000**

または ☎ 095-822-3308

毎日18時～翌朝8時

※日曜・祝日は24時間対応

