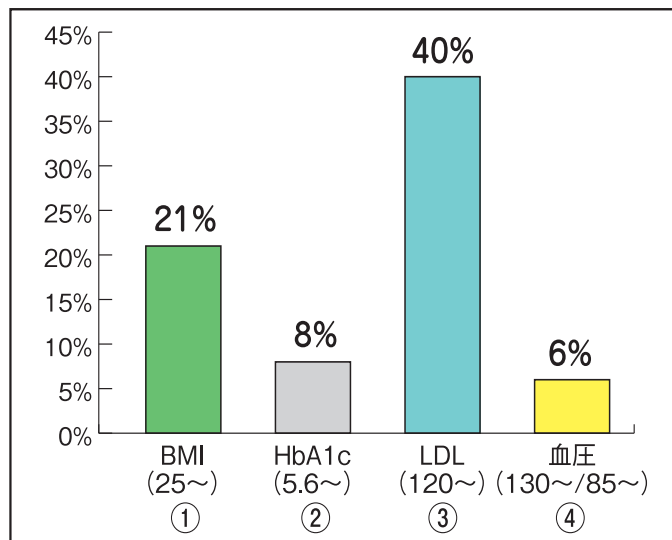


20歳からの健診スタート！

生活習慣病によって起こる動脈硬化性疾患を予防するためには、生活習慣の改善が必要です。若い時から自分の健康状態に関心を持ち、生活習慣の見直しを行いましょう。

本町の30歳代受診者（63人）の健診結果（平成25年度）から見える健康実態をお伝えします。

新十津川町の30歳代の健康実態 ～H25年度の有所見者割合～



①BMI

5人に1人が肥満です。BMIは、身長と体重のバランスを表し、25以上が肥満です。内臓脂肪の蓄積により、高血圧や脂質異常症、糖尿病を引き起こす物質が増え、動脈硬化を進行させます。

②HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）

30歳代でも糖尿病予備群がいます。HbA1cは、過去1～2カ月の平均的な血糖状態を表します。高い状態が続くと糖尿病になります。

③LDL（悪玉コレステロール）

3人に1人は、LDLが高い状態です。LDLは、増えすぎると動脈硬化を進行させ、血栓ができやすくなるため、脳梗塞・心筋梗塞のリスクとなります。

④血圧

30歳代で高血圧の方がいます。高血圧は動脈硬化の原因であり、高血圧が続くと、高い圧力に耐え切れず、血管が切れたり、詰まったりする脳卒中や心筋梗塞を起こすこともあります。

【肝炎ウイルス検診（個別検診）】

日時 診療時間内（空知中央病院は月～金曜日）※平成27年1月末まで

場所 花月クリニック、空知中央病院

対象者 40歳以上の未検査者

内容 血液検査

料金 節目年齢（平成27年3月31日時点で40、45、50、55、60、65、70歳）の方：無料
上記節目年齢以外の方：500円

申込・問合せ 保健福祉課健康推進グループ ☎72・2000

【30歳代乳がん検診】

日時 診療時間内 ※平成27年3月末まで

場所 そらちクリニック（滝川市）

対象者 昭和50年4月1日～昭和60年3月31日生まれの女性（2年に1度）

内容 視触診、マンモグラフィー、エコー検査

料金 3,500円

申込・問合せ 保健福祉課健康推進グループ ☎72・2000

【巡回ドック・人間ドックのお知らせ ～健診体制が変わります～】

平成26年4月から、健診対象者をJAピンネの正組合員、准組合員とその家族に変更しました。
健診日程などは、JAピンネ本所 ☎76・2221にお問い合わせください。

年1回の健診で健康管理をしましょう!

申込・問合せ 保健福祉課健康推進グループ ☎72・2000

- ①基本健診の対象者拡大!! ⇒20歳代の方も受けられるようになります!
- ②基本健診の無料化⇒今年も自己負担0円で受けられます!
- ③待ち時間短縮! ⇒30分ごとの受付で待ち時間を軽減します。

【春の集団健診】

日時・場所	6月25日(水)	午前6時から6時30分	花月サポートセンター
	6月26日(木)	午前6時から11時30分	ゆめりあ
	6月27日(金)		
	6月28日(土)		
	6月29日(日)	午前6時から7時	

30分ごとの受付です!

健診名		対象者	料金
基本健診	若年者健診	20~39歳	0円
	特定健診	40~74歳の国民健康保険加入者	
	後期高齢者健診	75歳以上	
	胃がん	30歳以上	2,000円
	肺がん		500円
	大腸がん	40、45、50、55、60歳 (※無料クーポン対象者)	無料
		30歳以上で上記以外	1,000円
	前立腺がん	50~64歳の男性	1,000円
		65歳以上の男性	1,944円
	肝炎ウイルス	未検査で40、45、50、55、60、65、70歳	無料
		40歳以上の未検査で上記以外	500円
	骨粗鬆症	30、35、40、45、50、55、60、65、70歳の女性	500円
		30歳以上で上記以外	1,620円
	エキノコックス症	10歳以上 (5年に1度)	300円 ※中学生以下無料

※生活保護を受けている方は、どの健診も無料で受けられます。

※特定健診は、国民健康保険以外で特定健康診査受診券をお持ちの方も受診できます。

申込期間 平成26年4月21日(月)から5月23日(金)まで

【特定健診 (個別健診)】

日時 月~金曜日の9時 (平成27年1月末まで) ※木曜日は応相談
 場所 花月クリニック
 対象者 40~74歳の国民健康保険加入者
 内容 身体計測、血圧測定、血液検査、尿検査、心電図検査
 料金 無料

都合に合わせて受けられます。集団健診の日程と合わない方はこちらを!