

特定健康診査など 5つの健（検）診が始まります

新たに8月から、生活習慣病の予防と改善を目的とした特定健康診査、長寿健康診査、一般健康診査が始まります。同時に、肝炎ウイルス検診、骨粗しょう症予防検診もスタートします。すでに申し込んだ人や対象年齢となっている人には受診票を送付します。転入などで申し込んでいない人は、各区の担当課へご連絡ください。病気の予防・早期発見のためにも、健（検）診を積極的に受けましょう。

●死亡原因の6割を占める生活習慣病

生活習慣病には、糖尿病や高血圧症、脂質異常症（高脂血症）などがあり、偏った食生活や運動不足によって引き起こされます。現在、死亡原因に占める生活習慣病の割合は、約6割にも上っており、深刻な問題となっています。

中でも、生活習慣病の前の段階であるメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）は、放っておくと心臓病や脳卒中を引き起こす要因になるため、大変危険です。メタボリックシンドロームは、男女とも40歳以上

に多く見られ、その予備群も合わせると、男性の2人に1人、女性の5人に1人が該当するといわれています。

●生活習慣病の予防と改善を目指して

生活習慣病は、内臓脂肪の蓄積を防ぐことで予防できることが分かっています。内臓脂肪は、適度な運動とバランスの取れた食事で減らすことができます。運動指導や食生活指導をすることは、生活習慣病の予防につながります。

こうしたことから医療制度が見直され、平成20年4月から

●メタボリックシンドロームに着目した健康診査

これまでの健診は、個々の病気の早期発見・早期治療を目的としていましたが、特定健康診査はメタボリックシンドロームに着目しています。内臓脂肪の蓄積を未然に把握することで、糖尿病や高血圧症といった生活

習慣病を予防します。

特定健康診査は、基本健康診査の検査項目を基本としています。大きな変更点は、メタボリックシンドロームの診断基準に用いられる腹囲の測定が必須項目になったことと、「総コレステロールの測定」から、動脈硬化に大きく関係している「LDLコレステロールの測定」に替わったことです。

市では、対象者別に次の3つの健診を実施し、生活習慣病の予防と改善に努めていきます。

【市が行う特定健康診査】

国民健康保険に加入している40歳から74歳までの人を対象と

○生活機能評価を実施します

介護認定の要介護、または要支援の認定を受けていない65歳以上の人を対象に、生活機能評価を行います。これは体の衰えを早期に発見し、介護予防に取り組むためのものです。特定健康診査や長寿健康診査、一般健康診査と併せて行いますので、受診する際は、生活機能基本チェックリストも忘れずに持参してください。

●特定健康診査など 5つの健（検）診が始まります



適度な運動で生活習慣病を予防

した健診です。ことしの4月1日時点で、国民健康保険に加入している人に通知しています。受診時に、国保以外の医療保険に変更になった場合は、各区の担当課へお電話ください。社会保険など、国保以外の医療保険に加入している人（扶養されている人も含む）は、勤務先へお問い合わせください。

【一般健康診査】
30歳と35歳の人、医療保険に加入していない40歳以上の人を対象とした健診です。30歳と35歳の人は、加入している医療保険に関係なく受診することができます。ただし、市が実施する人間ドックと重複して受診することはできませんので、注意してください。

●8月から始まる2つの検診

健康診査のほかに、例年、実施している次の2つの検診も、8月から始まります。

【肝炎ウイルス検診】

肝炎に感染していないかを調べるための検診です。検査の方法は血液検査となります。

◇対象者 40歳の人全員
◇検査内容 C型肝炎ウイルス検査、HBs抗原検査

【骨粗しょう症予防検診】

骨の組織の密度がどのような状態にあるかを調べます。

◇対象者 40・45・50・55・60・65・70歳の女性の申込者
◇検査内容 骨量測定

■問い合わせ先 各総合支所
健（検）診担当課

◆8月から始まる成人健（検）診一覧表

健（検）診名	期 間	実施場所	自己負担金	持ち物
特定健康診査	8月1日～ 10月31日	市内の指定医療機関 ※衣川区のみ集団検診あり	40歳～69歳 2,000円 70歳～74歳 1,000円	受診票、国民健康被保険者証、自己負担金、生活機能基本チェックリスト（65歳以上）
長寿健康診査			1,000円 ※後期高齢者医療障害認定要件と同程度の障がいがある人は無料	受診票、後期高齢者医療被保険者証、自己負担金、生活機能基本チェックリスト
一般健康診査			2,000円	受診票、自己負担金、生活機能基本チェックリスト（65歳以上）
肝炎ウイルス検診			1,200円	受診票、自己負担金
骨粗しょう症予防検診		市内の指定医療機関	1,000円 ※65歳で後期高齢医療被保険者証の交付を受けている人、70歳の人は無料	受診票、自己負担金

※生活保護世帯、平成20年度市民税非課税世帯は上記の健（検）診がすべて無料になります

◆指定医療機関
【水沢区】あてるい整形外科クリニック、姉体診療所、石川循環器科内科クリニック、石川病院、内科板倉医院、胃腸クリニック、井筒医院、いとう内科医院、奥州病院、及川産婦人科医院、おおとし消化器科整形外科、マニティクリニック小児産婦人科、かとう肛門科外科医院、亀井内科消化器クリニック、菅野内科医院、木村医院、木村外科内科クリニック、今野脳神経外科内科医院、桜井医院、佐藤整形外科医院、さとう内科クリニック、産科婦人科麻酔科清水医院、真城医院、奥州市総合水沢病院、鈴木内科消化器科クリニック、武田整形外科医院、谷口内科医院、胆江病院、千田整形外科クリニック、とみた脳神経外科耳鼻咽喉科医院、野呂外科泌尿器科医院、花山内科クリニック、ひばりが丘内科クリニック、平岡産婦人科、星が丘沢田医院、本田胃腸科内科外科、美山病院、ヨシザワ病院
【江刺】県立江刺病院、伊藤内科医院、及川整形外科クリニック、柏木医院、菊地内科胃腸科こどもクリニック、関谷医院、たかはし内科医院、玉澤リハビリ整形外科、滝田医院、ひらた外科内科クリニック、前田整形外科、国民健康保険伊手診療所、国民健康保険大田代診療所、国民健康保険梁川診療所、国民健康保険米里診療所
【前沢】古城診療所、下河辺胃腸科クリニック、たかはし内科胃腸科クリニック、美希病院、国民健康保険前沢診療所
【胆沢】小山診療所、国民健康保険まごころ病院、見分森・丸田クリニック
【衣川】国民健康保険衣川診療所

※県立胆沢病院、おぎの整形外科、さとう整形外科、リウマチ科クリニックは、「骨粗しょう症予防検診」のみ実施