

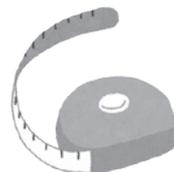
# 年1回 受けて安心 特定健診！

## 早めが肝心！ メタボ予防



愛車の車検や手入れは当たり前でも、自分の体の点検は忘れていませんか？生活習慣病予防の第1歩は「体のSOSを見つけること」です。年に1回の特定健診で健康をチェックしましょう。

【問】国保年金課(古河庁舎) ☎22-5111



### 早めの対応が結局お得

あなたが病気になると、家族の心労を増やし、家計にも負担をかけます。病気が進んでからの治療費は大変です。

糖尿病、脳卒中、しんきんこうそく心筋梗塞、脂質異常症などの生活習慣病の患者は年々増加し、現在では国民医療費のおよそ30%を占めています。軽症のうち

に治療できれば医療費も安くすみます。あなたと家族のために、年1回の体の点検を習慣づけましょう。特定健診は、皆さんが加入している健康保険組合などが実施する「生活習慣病の予防や早期発見、重症化予防を目的とした健診」です。



### 健診は受けてからが大事

健診結果によって、「動機づけ支援(メタボ予備軍)」と「積極的支援(メタボ該当)」の人には、**特定保健指導の案内**が届きます。

この機会に保健師や管理栄養士のサポートを受けて、生活習慣の改善にチャレンジしましょう。



### 特定健診のご案内

年間55日間実施している**集団健診**のほかに、医療機関でも**個別健診**が受けられます。都合に合わせてどちらかをご利用ください。※加入している健康保険組合などによって違いがあります。

