

年に1度のさわやか健診で

# あなたも健康チェックを

毎日の食事や運動、休養、喫煙、飲酒などの生活習慣が原因となる病気が「生活習慣病」です。この病気は自覚症状があまりなく、気付かないうちに進行していることがほとんどです。年に一度のさわやか健診で、自分自身の健康をチェックしましょう。

## 異常なしは わずかに1割だけ

現在、日本人の死因の約六割を、がんや心臓病、脳卒中といった生活習慣病が占めています。本市が四十歳以上の人を対象に行っている「さわやか健診」では、毎年三万人の受診者のうち

「異常なし」と判定される人はわずかに1割だけ。残りの九割の人は高脂血症や高血圧などの生活習慣病や、何らかの疾患があるために「要指導」「要医療」と判定されています。

### 検査項目

さわやか健診の検査項目は、必要に応じて行う心電図や眼底検査を含めると、全部で二十八項目。高血圧や心臓病、肝臓病、糖尿病、高脂血症、高尿酸血症、貧血など、さまざまな生活習慣病に関する検査が受けられます。

### 問診

自覚症状や既往歴、食事・運動・喫煙・飲酒などの生活習慣を聞き取ります。

### 身長・体重測定

体格のチェックをします。

毎日を健康に過ごしましょう



### 視診・打聴診

心音・呼吸音に乱れがないか検査します。

### 血圧測定

血圧のチェックをします。

### 尿検査

糖尿病や腎臓機能・ぼうこう・前立腺などに異常がないかを検査します。

### 血液検査

高脂血症、糖尿病、貧血、肝機能、腎機能、すい臓機能、炎症性変化などをチェックします。

### 心電図・眼底検査

医師が必要と判断した場合のみ実施します。

### 受診するには

期間：受診票が到着してから来

年2月28日 まで 場所：市内

の医療機関。ただし一部実施して

いない医療機関もあります。

あらかじめ電話で問い合わせ

てから受診してください。対象：

四十歳以上の人 費用：無料

受診上の注意：必ず受診票を

お持ちください。食事は取らず

にお出掛けください。健診の結

果、精密検査や治療が必要な場

合は健康保険証が必要となり、

医療費が請求されます。寝たき

りの人や介護者は、往診で「さ

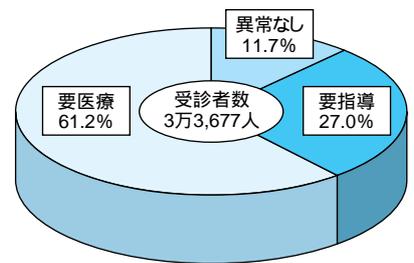
わやか健診」を受けることがで

きます。詳しくは主治医にご相談

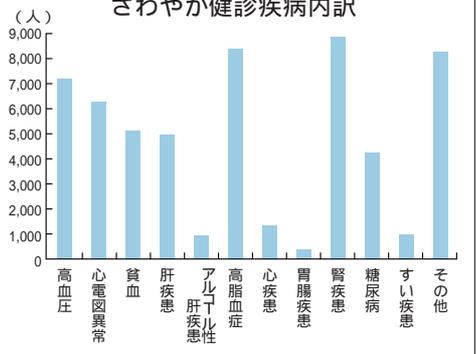
ください。勤務先で受診して

ください。

平成13年度さわやか健診結果



さわやか健診疾病内訳



になっても二十本の歯を残せるように、日ごろから口の健康に注意しましょう。

## 歯周疾患検診で 口の健康を確認

歯茎と歯の周辺組織が破壊される歯周疾患は、日ごろの食事や歯磨き、喫煙などの習慣が原因で起こる「お口の生活習慣病」ともいわれています。何でもおいしく食べるためには少なくとも

自分の歯が二十本必要ですが、

四十歳を過ぎるころから虫歯や

歯周病が原因で歯を失う人が増

えてきています。

歯周疾患検診を受診して自分

の歯の健康状態を知り、八十歳

代まで健康に過ごしましょう。

受診期間：受診票が到着してか

ら来年2月28日 まで 受診場

所：市内の医療機関（受診票と

同封のパンフレットを参照）

対象：本年度中に40歳・50歳に

なる人 受診方法：実施医療機

関へ電話で予約し、検診受診票

の本人記入欄に記入して受診

費用：八百円（生活保護世帯・

住民税非課税世帯は無料）

問い合わせは保健センタ

1 223 8844へ。