



健康福祉センターさわやか ☎76-4006

特定健診を受けましょう！

仕事、子育てなどで忙しい毎日を送る働き盛りの世代にとって、その土台となるのが健康です。健康を損なうと今の生活はどうなるでしょうか？

そこで、ぜひお勧めしたいのが「特定健診」です。これは40歳以上75歳未満の方を対象とした、生活習慣病になる前段階、もしくは早期に異常を見つけ、生活改善などによって将来的な病気の発症にストップをかけることを目的とした健診です。

つまり、特定健診は元気なうちに受けるからこそ価値があると言えます。

今や日本人の死因の約6割を占める生活習慣病。生活習慣病の猛威はとどまることを知らず、洞爺湖町も例外ではありません。

洞爺湖町の健康課題

- ・ 高血圧や糖尿病などの生活習慣病で通院している人が多い。
- ・ 生活習慣病の治療中でもコントロールが悪く、腎不全や脳梗塞を発症する人が多い。
- ・ 若い世代からの生活習慣病予備軍が多い。

今後ますます増えることが予測される生活習慣病。洞爺湖町では、若い世代からの生活習慣病予備軍も多いことから、町独自で30歳から特定健診と同様の健診を受けることができます。特定健診を受けることで、多くの生活習慣病を未然に防ぐことができます。

体の状態は刻一刻と変化しますので、年に1回は特定健診を受けましょう！



特定健診のススメ

以前に実施したアンケートで、「未受診の理由」として上げられたベスト3の意見にそって、特定健診のお勧め理由を紹介します。

【第1位】定期的に病院にかかっている

病気の治療中でも症状のない病気まで診療中に発見できるとは限りません。病院で受けるいつもの検査にプラスして特定健診を受けるとより安心です。

【第2位】仕事などで忙しく時間がない

健診にかかる時間は数時間（集団健診は他のがん検診と一緒に受けても1～2時間程度）。病気になったら治療に必要な時間は健診の時間の比ではなく、医療費もかかります。

【第3位】健康だから

生活習慣病のほとんどは症状がありません。発見が遅れ、病気がどんどん進行すると、医療費などの経済的負担に加え、精神的な負担、生活の質の低下が考えられ、家族にも心配をかけます。発見が早ければ早いほど、治療も医療費も軽く済みます。

■日程・会場

平成27年

2月12日(木)

健康福祉センター

平成27年

2月13日(金)

洞爺ふれ愛センター

◆事前に予約が必要です。詳しくは回覧チラシをご覧ください。

◆問合せ・申込みは健康福祉センターさわやか（☎76-4006）へ。

集団健診（特定健診・がん検診）のお知らせ