



## 11月は特定健診 強化月間 ～健康への第一歩は健診～

特定健診または人間ドック(がん検診)の受診はお済みですか？  
体の異常の早期発見・早期治療のために、年に一度の受診を忘れずに！

特定健診・がん検診が **無料** で受けられます。

### ■特定健診って何？

生活習慣病と呼ばれる、動脈硬化や糖尿病などの進行しやすい状態のひとつで、内臓の周りに脂肪がついている状態(メタボリックシンドローム)に着目した健康診断のことです。

### ■特定健診の内容

身長 体重 腹囲 問診 診察 血圧 尿検査 血液検査  
(脂質 肝機能 糖代謝 腎機能)  
※医師が必要と判断した場合には追加検査を実施します。

### ■受診の流れ

①受診券を確認



②医療機関に予約



③受診

受診券はすでに送付しています。  
受診は3月31日までです。  
早めに受診しましょう。

### ■特定保健指導を受けましょう

特定健診の結果から、生活習慣病のリスクの高さに合わせて、保健師が生活習慣の改善をサポートします。また、特定健診を受診したかたのほかに、職場などで健康診断を受診したかたも健診結果をお持ちいただくと、生活習慣の改善につながる情報を提供します。

### ■若年健診(30～39歳)も無料！

若い世代から生活習慣病を予防していただくために、無料で健診が受けられます。また、希望者は専門家による健康サポートを無料で受けられますので、ぜひご活用ください。

**問合せ** 町民生活課 保険年金担当 ☎62-1232

健康福祉課 健康づくり担当 ☎62-1233

## 今年の冬の医療機関

### 診療体制について

「熱があるときの受診のしかた」

「熱があるときは「かかりつけ医」に電話で相談」

普通の風邪やインフルエンザでも、新型コロナウイルス感染症の症状と区別がつかないことがあります。感染防止の観点から、発熱などの風邪症状があるときは、必ず電話してから受診するようにしてください。

「かかりつけ医」がないかたは、お近くの医療機関に電話して指示を受けてください。

「かかりつけ医」が皆さんからの相談を断ることはありません。

診察の待ち時間や診療時間が長くなったり、受診時間や場所を指定させていただく場合もあります。各医療機関が最善の方法を工夫して診療するためですので、ご理解とご協力をお願いします。

### 問合せ

秩父郡市医師会

☎ 22・0570

健康福祉課 健康づくり担当

☎ 62・1233

町民生活課 保険年金担当

☎ 62・1232