

(国民健康保険ご加入者)
 特定健診をまだ受けていない方へ



国民健康保険で40歳から74歳の方には、5月に郵送で特定健診の通知を送付いたしました。

しかし、まだ、受診されていない方が多数おられます。

自分の身体の変化に気づく重要な健診です。自覚症状がないうちに、病気の芽に気づき、生活習慣を見つめなおす機会にしましょう。

医療機関でも受診できるようになりました。市内の医療機関は、上記のとおりです。

予約をして、郵送された受診票・受診券と、保険証・受診料千円を持って、是非、受診しましょう。

武雄町	たけお内科医院	朝日町	まつお内科・眼科
	つちはし医院		榑崎内科
	持田病院	篠田整形外科	
	太田小児科内科医院	若木町	こばやしクリニック
	貝原医院	山内町	大野病院
	古賀内科医院		竜門堂医院
	清水医院		藤瀬医院
	石橋リハビリテーション病院		佛坂医院
東川登町	中島医院	北方町	まつもと内科・胃腸科
	酒井眼科医院		クリニック
	田中内科医院	ニコークリニック	
	小野医院	北方整形外科	
			山田内科医院

朝食を食べないで、受診してください。原則として、8月末までに受診してください。

問 暮らし部 健康課
 ☎ 23-9135

健康を守るための健診です!

(長寿医療制度ご加入者)
 高齢者の方への健診のご案内

4月1日現在で長寿医療制度(後期高齢者医療制度)に加入している方
 7月中に健診のご案内をお送りします。

また現在、定期的に病院等にかかっている方で治療中の方、または同じような健診・検査などを受診されている方は、この健診を受診する必要はありません。

受診できる医療機関は上記と同じですので、お近くの医療機関にて受診してください。

4月1日時点で74歳の方

誕生月	送付時期	受診期間
昭和8年	7月	8月中
4・5・6月生まれの方		
7月	9月	9月中
8月	10月	10月中
9月	11月	11月中
10月	12月	12月中
11月	1月	1月中
12月	2月	2月中
昭和9年	2月	2月中
1・2・3月		

4月1日現在で74歳の方
 国民健康保険・社会保険・共済組合などの保険の種類に関係なく、対象の方には左記の時期にご案内をお送りします。

長寿医療制度(後期高齢者制度)の医療費負担割合に関するお知らせは、7ページをご覧ください。

内臓脂肪型肥満に注意しましょう



「メタボ」ということが、あちこちで聞かれるようになってきました。市では、5・6月に総合健診の中で、「特定健診」を実施しましたが、この健診は、別名「メタボ健診」とも言われます。

「メタボ」ということは、食べ過ぎや運動不足が、あちこちで聞かれるようになってきました。市では、5・6月に総合健診の中で、「特定健診」を実施しましたが、この健診は、別名「メタボ健診」とも言われます。

内臓脂肪がたまる!

食べ過ぎや運動不足などで、摂取エネルギーと消費エネルギーのバランスが崩れると、内臓脂肪がたまりやすくなります。

脂肪から「アディポサイトカイン」というホルモンが分泌される。



あなたはどちら?
 国民健康保険ご加入者
 長寿医療制度ご加入者

「特定健診を受け忘れた」という方は、医療機関での健診のチャンスがあります。左のページをご覧ください。是非、受診してください。

「特定健診」では、これらの病気の前ぶれがわかる、スゴイ健診です。受けないと、損かも...

「がばい」たっしゅかプラン」より
 7・8月は「食べんばあ」月間です。
 くさちんと適量を食べましょう
 食べ過ぎや運動不足は、メタボの原因です!

保健連絡協議会だより ~武雄消防署~

“卵の腐った臭いに近づかないで!”



<特徴>

- ・温泉地などの硫黄のにおい
- ・空気より重いため低地に溜まる
- ・目や皮膚、粘膜を刺激する

<対策>

- ・「におい」がする場所(風呂場、車の中)には近づかない。
- ・倒れている人がいたら119番通報
- ・姿勢をむやみに低くせずに避難する

異臭を感じたらお近くの消防署または関係機関へ連絡してください。

問 武雄消防署
 ☎ 23-2151

