

特定健診

メタボ健診

日本では、生活習慣の変化により、近年、糖尿病など、生活習慣病の人やその予備群が増え続けています。亡くなる人のおよそ三分の一は生活

習慣病が原因であると言われています。特定健診(メタボ健診)は生活習慣病の予防を目的とした健診です。特定健診の結果

から、生活習慣病になる危険が高い人で、生活習慣の改善によって生活習慣病を予防できる人に、特定保健指導として生活習慣を見直すサポートをします。特定健診を受け、特定保健指導を積極的に利用し、生活習慣病から身を守りましよう。

特定健診って何？

特定健診(メタボ健診)は、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した健診で、次の項目を実施します。

基本的な項目	
質問票(服薬歴、喫煙歴など)	
身体計測(身長、体重、BMI、腹囲)	
血圧測定	
理学的検査(身体診察)	
検尿(尿糖、尿蛋白)	
血液検査	
・脂質検査(中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール)	
・血糖検査(HbA1c)	
・肝機能検査(GOT、GPT、-GTP)	
医師が必要と認めた場合のみ実施	
心電図	
眼底検査	
貧血検査(赤血球、血色素量、ヘマトクリット値)	

特定健診を受けるには

- ・国民健康保険の人
 - * 妊産婦、施設入所者除く
 - ・後期高齢者医療制度の人(75歳以上の人)
 - * 施設入所者除く
- 5月20日(水)ごろ、受診券が届きますので、6月1日(月)から8月31日(月)の間に医療機関(7ページの特定健診の実施医療機関参照)で健診を受けてください(集団健診は行いません)。費用は無料です。
* 6月1日(月)までに受診券が届かない場合は、国保年金課までお問い合わせください。

- ・社会保険の人(会社に勤めている人やその家族)

医療保険者から対象者に受診券や受診案内が届きます。詳しくは保険者にお問い合わせください。

特定健診を受けた後はどうなるの？

特定健診を受けてから1~2カ月後に、特定保健指導が必要な人には、利用券と案内が届きます。

受けましよう 介護予防健診

生活機能評価

いつまでも元気で健やかな生活を送るためには、今ある心身の働きをできる限り低下させないことが重要です。生活機能評価は、生活機能(心や身体の働きのほか、日常生活を送るために必要な機能全体をいいます)の低下が心配される人に介護予防事業をお勧めするための検査です。健診を受けて自分の状態を知っておきましょう。

対象 満六十五歳以上の介護保険被保険者(要支援・要介護の認定者を除く)

【国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入している人】
受診方法 市が実施する特定健診と同時に実施します。受診券に同封した基本チェックリスト(事前に記入しておいてください)を持参し下記の医療機関で受診してください。

【前記以外の医療保険に加入している人】

受診方法 基本チェックリストと生活機能評価受診結果票を高齢者支援課から郵送します。生活機能評価受診結果票と基本チェックリスト(事前に記入しておいてください)を持参し下記の医療機関で受診してください。

問合せ 高齢者支援課 電話0558(76)8010

生活機能評価の流れ

医療機関で問診や身体計測などを行います。

基本チェックリストの結果によって、必要な人には追加項目(血液検査、心電図検査など)を実施します。

健診の結果によって、生活機能の低下が心配される人には、市から介護予防事業などの案内をします。

希望する人には、高齢者支援課職員が家庭を訪問し日常生活のアドバイスを行います。

特定健診の実施医療機関

医療機関名	住所	電話	医療機関名	住所	電話
大仁医院西脇内科	大仁277	0558 76 3712	伊豆赤十字病院	小立野100	0558 72 2148
大仁クリニック	大仁 372 1	0558 76 2556	紀平クリニック	柏久保508 1	0558 72 5521
村田内科クリニック	吉田354 1	0558 76 8866	修善寺クリニック	柏久保609	0558 72 7272
あおきクリニック	吉田142 1	0558 75 0303	大和堂医院	修善寺947	0558 72 0015
伊豆保健医療センター	田京270 1	0558 76 0111	小山田医院	修善寺277 1	0558 72 3125
つちやクリニック	田京36	0558 77 1511	青山内科クリニック	加殿46 6	0558 74 2111
田京診療所	田京659 6	0558 76 3201	大見診療所	八幡186 5	0558 83 2525
矢田レディースクリニック	宗光寺925 1	0558 76 4550	今野医院	八幡213 2	0558 75 7050
MOA 奥熱海クリニック	浮橋1606 1	0558 79 1100	中村医院	八幡298 1	0558 83 0396
伊豆長岡小児クリニック	中894 4	055 949 1321	リハビリテーション中伊豆温泉病院	上白岩1000	0558 83 3333
江間クリニック	南江間1306 1	055 947 1238	慶応大学月が瀬リハビリテーションセンター	月ヶ瀬380 2	0558 85 1701
古奈温泉クリニック	古奈1112	055 948 1038	中島病院	松ヶ瀬75	0558 87 0333
慈広会記念病院	長岡741 1	055 947 0511	加藤内科	土肥446 21	0558 98 0012
ナガオカ中央クリニック	長岡272 7	055 948 1151	土肥クリニック	小下田1909	0558 99 1234
長岡リハビリテーション病院	長岡946	055 948 0555	浅井外科・整形外科医院	間宮794 2	055 978 8760
岸クリニック	四日町664 2	055 949 7770	杉田整形外科	間宮637 5	055 970 2511
健院伊豆の国	四日町39 2	055 949 8880	高橋クリニック	間宮895 6	055 977 1121
葦山医院	四日町377 1	055 949 1036	三島マタニティクリニック(女性のみ)	間宮451	055 979 0192
河野内科医院	南條766 1	055 940 2355	おりた内科小児科	仁田33 9	055 978 7622
杉本医院	南條1644 1	055 949 2222	函南医院	仁田191	055 978 3023
花の丘診療所	奈古谷1334 4	055 949 6886	伊豆平和病院	平井1690 13	055 974 1355
伊豆葦山温泉病院	中條234	055 949 1466	NTT 東日本伊豆病院	平井750	055 978 2320
			伊豆函南鈴木泌尿器科クリニック	上沢68 2	055 970 2450
			函南さくらクリニック	上沢80 2	055 979 1666
			根津クリニック	上沢15 3	055 979 6166
			伊豆函南セントラル病院	畑529 555	055 974 0131
			蛇ヶ橋クリニック	肥田356 11	055 970 0555
			山口医院	大竹168 7	055 978 2011
			リウトピアクリニック	柏谷283 1	055 970 1000

後期高齢者医療 国民健康保険 の医療費 受け取りに ゆうちよ銀行

が利用できるようになりました

【後期高齢者医療・国保共通】
 補そつ具などの療養費や高額療養費、葬祭費の振り込み先に、ゆうちよ銀行も利用できるようになりました。ゆうちよ銀行への振り込みには、「振込用の店名・口座番号」が必要です。
 通帳に「振込用の店名・口座番号」が記載されていない場合は、あらかじめゆうちよ銀行で記載した後、申請にお越しください。

【後期高齢者医療】
 すでに高額療養費の振り込み先口座登録をしている人で、ゆうちよ銀行への変更を希望の場合は、次の窓口で、高額療養費の口座振替依頼変更手続きをお願いします。

窓口 国保年金課(伊豆長岡庁舎)
 葦山市民サービス課
 大仁市民サービス課
持ち物 ゆうちよ銀行の通帳
認め印



検診

各種がん検診

がんの早期発見・早期治療につなげるため、この機会にがん検診を受けましょう。

【がん検診受診のメリット】

早期のがんが発見できます
がんは早期に見れば高い確率で治すことができます。
がん以外の病気が見つかります

がん検診では、がんになる前段階の病変やがん以外の病気が見つかることがあり、重症化を防ぐことができます。

歯周疾患検診

歯を失う原因のほとんどが歯周病とむし歯です。歯周病は、心身の不安定など全身の健康にも悪影響を及ぼします。定期検診で口の健康状態を確認し、いつでも丈夫な歯を保つようにしましょう。



各種がん 歯周疾患 結核 肝炎ウイルス

市の検診を受けるには各検診の受診票が必要です

市の検診に申し込みをして

いる人
五月中にがん検診の受診票と案内を送付します。また、昨年大腸がん検診を受けた人または、今年度三十五歳になつて、市の健診に申し込みをしている人には、便の容器を郵送します。期間内に検診を受けてください。なお、昨年の容器は使用できません。

市の検診に申し込みをしていない人・その他の人
受診票を健康づくり課、市民サービス課(伊豆長岡庁舎)、葦山市民サービス課窓口で受け取り、受診してください。大腸がん検診希望者で、便の容器が届かない人は、便の容器も受け取ってください。

*子宮がん、乳がん、骨粗しょう症検診についても秋ごろに実施しますので、今後の広報でお知らせしていきます。

<各種検診の種類と実施方法> *日程等の詳細は、受診票送付時にお知らせします。

種類	対象	検診内容	備考
肺がん検診	40歳以上の市民	問診、胸部レントゲン撮影、喀痰検診(希望者)	【集団検診】5月中旬～7月の指定日(全38回)日程と場所は市民カレンダーに掲載。
結核検診	65歳以上の市民		
胃がん検診	35歳以上の市民	問診、胃部バリウム検査	【個別検診(指定医療機関)】6月～9月
大腸がん検診	35歳以上の市民	問診、便潜血検査(2日法)	
歯周疾患検診	20歳以上の市民	問診、歯科検診	【個別検診(指定歯科医療機関)】5月～平成22年1月

肝炎ウイルス検査

ウイルス性肝炎は、感染が持続すると肝硬変や肝がんなどに進行しやすいと言われています。感染していないか検査を受けましょう。

対象	受診方法
40歳の人 (昭和44年4月1日～昭和45年3月31日生まれ)	個別に通知します。質問票に必要事項を記入し、特定健診の実施医療機関(7ページ参照)で検査を受けてください。
41歳以上の人 (昭和44年3月31日以前生まれ)で過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない人	健康づくり課へ申し込み。質問票と案内を送りますので早めにお申し込みください。

期間 6月1日(月)～8月31日(月)
内容 血液検査(B型・C型肝炎ウイルス検査)

前立腺がん検査

前立腺がんの早期発見・早期治療のために検診を受けましょう。

対象 50歳以上の男性
(昭和35年3月31日以前生まれ)
期間 6月1日(月)～8月31日(月)
受診方法 保険証などの身分証明書を持って、直接特定健診の実施医療機関(7ページ参照)で検査を受けてください。
内容 血液検査(PSA検査)

*前立腺がん検診と肝炎ウイルス検査については、市の実施する特定健診・一般健診を受診する人は、同じ血液で検査できます。
*費用は無料です。



高齢者の皆さんご参加ください

介護予防教室

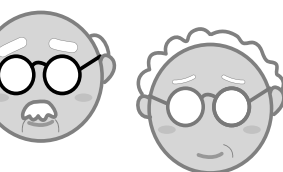
市内の高齢者のための介護予防教室を実施しています。

特定高齢者介護予防教室

教室名	地区名	曜日	時間	ところ
やすらぎ介護予防教室	長岡葦山	月・水・金	9:30～12:00	やすらぎの家
直営大仁介護予防教室	大仁	月	9:00～11:30	大仁保健センター
直営長岡介護予防教室	長岡	水		長岡保健センター
直営葦山介護予防教室	葦山	金		葦山保健センター

特定高齢者とは、要介護および要支援の認定を受けていない人のうち、介護予防が特に必要と判断された人です。参加希望の人は、高齢者支援課までお問い合わせください。

内容 口腔体操歌 膝痛、腰痛、尿漏れ予防改善体操 大腰筋体操 ストレッチ ボールを使った筋肉トレーニング 認知症予防 医師の講義など
スタッフ 保健師、作業指導者、音楽演奏者、運動指導士、歯科衛生士、栄養士など



一般高齢者介護予防教室

一般高齢者とは、概ね六十五歳以上で、要介護および要支援の認定を受けていない人です。参加希望の人は、最寄

りの教室に行き、スタッフに直接申し出てください。

内容 口腔体操 膝痛、腰痛、尿漏れ予防改善体操 大腰筋体操 ストレッチ ボールを使った筋肉トレーニング 足の機能改善体操など

このページに関する問い合わせ 高齢者支援課 電話 0558 76 8011

教室名	地区名	曜日	時間	ところ	対象
水晶苑体操教室	大仁	月～金	10:00～11:30 13:00～14:30	水晶苑	一般
やすらぎ体操教室	長岡	月～金	13:00～14:30	やすらぎの家	一般
めおと湯体操教室	葦山	木	9:30～11:00	めおと湯の館	一般
大仁保健センター体操教室	大仁	月	13:30～15:00	大仁保健センター	一般
田京体操クラブ		火	9:30～11:00	田京・老人憩の家	田京老人クラブ・一般
吉田体操クラブ		火	13:00～14:30	吉田観音堂	吉田老人クラブ・一般
立花体操クラブ		木	9:30～11:00	立花公民館	立花老人クラブ・一般
宗光寺体操クラブ		第2・4木	9:30～11:00	宗光寺公民館	宗光寺老人クラブ・一般
浮橋体操クラブ		金	9:30～11:00	浮橋公民館	浮橋老人クラブ・一般
鳥打体操クラブ		月	13:30～15:00	鳥打公民館	鳥打老人クラブ・一般
湯らっくす足湯教室	長岡	火	9:00～10:30	長岡区民館	長岡東・西老人クラブ・一般
仲之台体操クラブ		金	13:30～15:00	南江間公民館	仲之台老人クラブ・一般
立花台体操クラブ	葦山	月	9:30～11:00	立花台公民館	立花台老人クラブ・一般
土手和田体操クラブ		月	9:30～11:00	松並公民館	土手和田老人クラブ・一般
多田体操クラブ		月	13:00～14:30	多田公民館	多田老人クラブ・一般
山木体操クラブ		火	9:30～11:00	山木産業会館	山木老人クラブ・一般
寺家体操クラブ		水	13:30～15:00	寺家公民館	寺家老人クラブ・一般
共和体操クラブ		木	13:30～15:00	中区公民館	中・内中老人クラブ・一般
中條体操クラブ		木	13:30～15:00	中條公民館	中條老人クラブ・一般