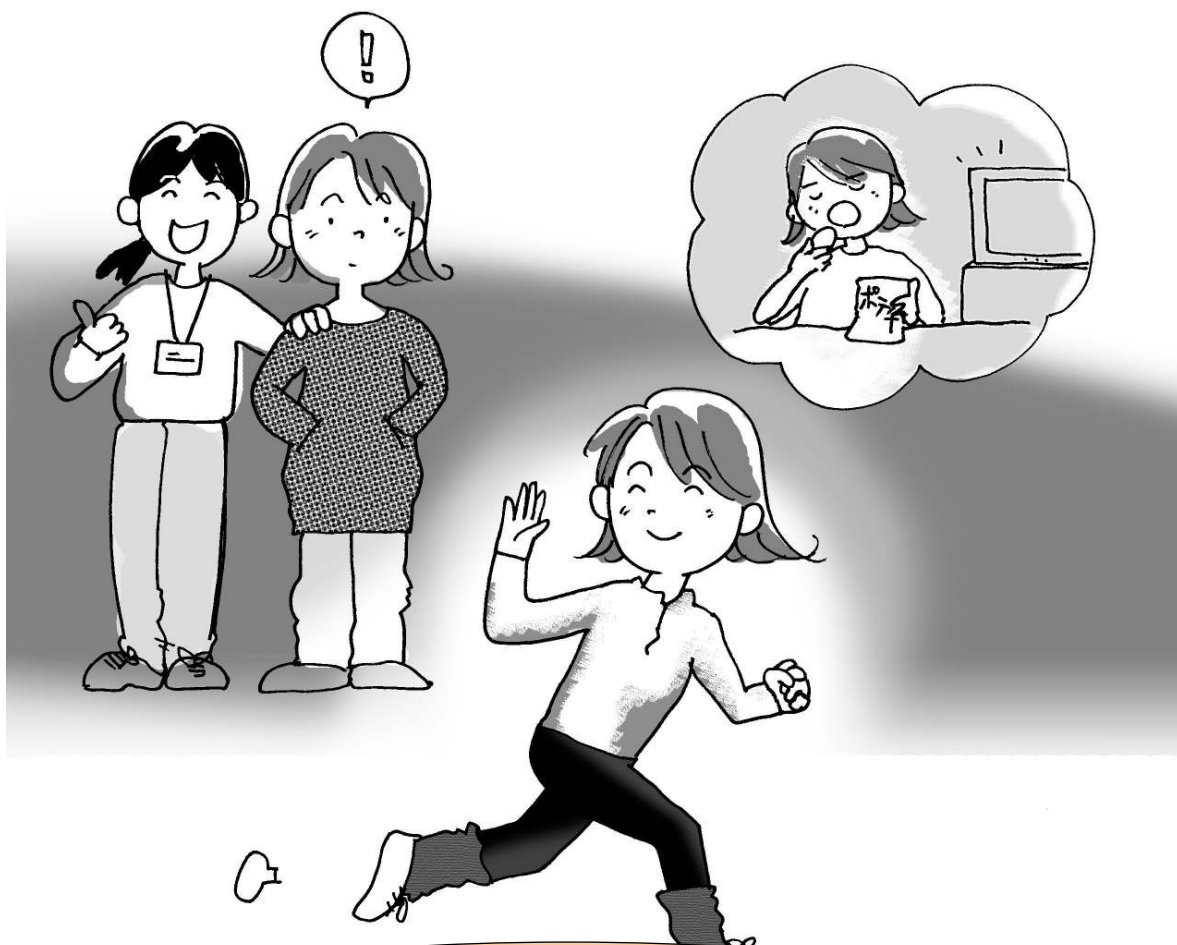


40歳代の皆さんへ  
ご案内です。

特定健診を受けましょう

自分の**未来は**  
自分で**つくる!**



**生活習慣病は予防することが可能です!**

平成20年度から実施している「特定健康診査」は生活習慣病のリスクを高めるメタボリックシンドロームに着目した健診です。早めの気づきと生活習慣の見直しで怖い病気を防ぐことができます。加茂市の特定健康診査は【人間ドックを受診希望の方は30歳から、集団健診では35歳から】受診できます。

**40歳から生活習慣病のリスクが高まります**

加茂市健康課

## ☆ 特定健康診査の検査項目

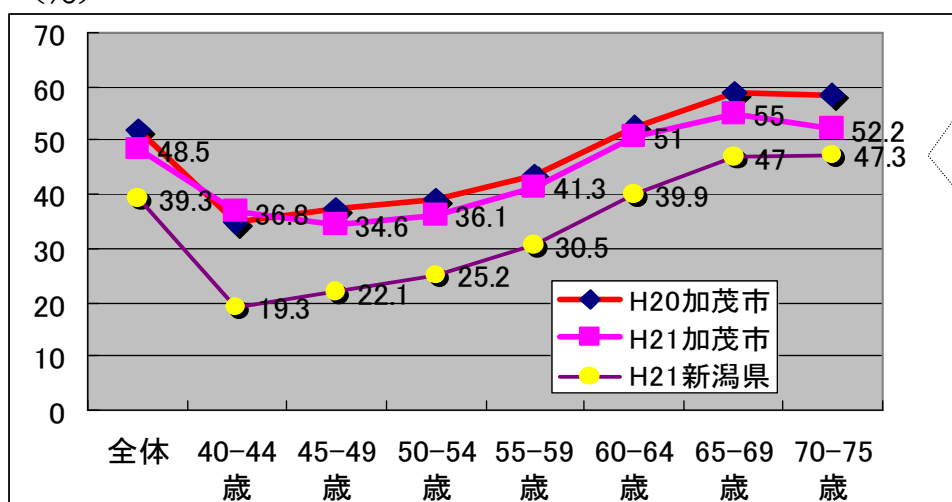
～メタボリックシンドロームの該当者や予備軍を発見していくための検査を行ないます～  
 (集団健診では以下の検査は600円で受けることができます。)

問診、身体計測(身長、体重、腹囲)、血圧検査、尿検査(蛋白、糖など)、血液検査(血糖、脂質、肝機能、貧血等)、心電図

## ☆ 特定健康診査後の結果説明、指導

検査結果によって市で行なう「**結果説明会**」や**健康教室**等のご案内を差し上げます。健診の結果を見て食生活や運動習慣を見直すことが大切です。**受診することに満足せずにご自身の身体や生活習慣を見直すきっかけにしましょう。**

(%)

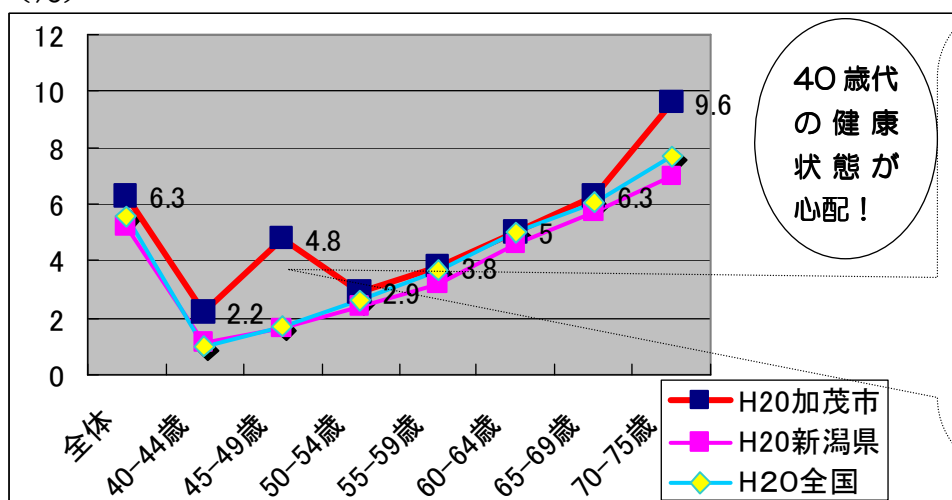


### 特定健康診査受診率(%)

新潟県の平均に比べ高い受診率ですが低下傾向です。受診率は特に若い年代ほど低い傾向です。若い年代こそ、健診を受診しましょう。5年 10年先を考え今こそ！生活習慣を見直すきっかけにしてください。

## 平成20年度 特定健診受診者で糖尿病の服薬治療を行なっている方の割合(%)

(%)



40歳代の健康状態が心配！

年齢が高くなるにつれ、糖尿病等の内服治療の方が増えていくのは全国的にみられる傾向ですが、加茂市の40歳代(70歳代も)の受診者で糖尿病の服薬治療を受けている方の割合は全国、県平均を大きく上回ります。35歳から特定健診(人間ドックは30歳から)を受診できます。健診により身体の状態を確認して糖尿病の予防や重症化を防ぎましょう。