## 35歳から39歳までの方の「生活習慣病予防健診」受診者募集

市では、生活習慣病の予防に重点を置いた健診を実施します。自分では健康だと思っていても生活習慣病が隠れている場合や、気付かないうちに進行していることもあるので、この機会に、ぜひ健診を受診しましょう。

▽**実施期間**　8月3日(月)～10月31日(土)

▽**健診項目**　表1のとおり

▽**対象**　昭和51年4月1日から昭和56年3月31日生まれの方

※平成28年3月31日までに、職場などの健診や人間ドックなどを受ける方（予定を含む）を除きます。

▽**費用**　無料

▽**実施方法**　受診券と問診票（事前に必要事項を記入）をお持ちの上、生活習慣病予防健診実施医療機関（表2）で受診してください。

▽**その他**　受診券・問診票などを7月下旬に送付します。

▽**申込み方法**　6月30日(火)（消印有効）までに、はがきに「生活習慣病予防健診希望」、郵便番号、住所、氏名、生年月日、性別、電話番号を記入し、郵送してください。

※電話での申込みはできません。

▽**申込み・問合せ**　健康課健康づくり係（〒197－0814　二宮350、直通558・1183）

**表1　生活習慣病予防健診項目**

**「基本的な健診」の項目**

| | |
|---|---|
| 身体計測 | 身長 |
| | 体重 |
| | BMI ※体重(kg)÷身長(m)÷身長(m) |
| | 腹囲 |
| 血　圧 | 収縮期血圧（最高血圧） |
| | 拡張期血圧（最低血圧） |
| 血中脂質検査 | 中性脂肪 |
| | LDLコレステロール |
| | HDLコレステロール |
| 肝機能検査 | GOT（AST） |
| | GPT（ALT） |
| | γ-GTP |
| 代謝系検査 | 空腹時血糖 |
| | ヘモグロビンA1C |
| | 尿酸 |
| 腎機能検査 | 尿糖 |
| | 尿蛋白 |
| | 血清クレアチニン |

**「詳細な健診」の項目**

| | |
|---|---|
| 貧血検査 | ヘマトクリット値 |
| | 血色素量（ヘモグロビン値） |
| | 赤血球数 |
| 心 機 能 | 12誘導心電図 |
| 眼底検査 | 眼底写真撮影 |

※医師の判断により実施されます。

※眼底検査実施医療機関は、公立阿伎留医療センター・清水外科・野口眼科医院・森眼科となります。

**表2　生活習慣病予防健診・結核検診などの実施医療機関一覧**

| | 医療機関名 | 住所 |
|---|---|---|
| 1 | あきる台病院 | 秋川6-5-1 |
| 2 | あべクリニック | 瀬戸岡459-11 |
| 3 | 池谷医院 | 秋川1-3-7 |
| 4 | いなメディカルクリニック | 伊奈477-1 |
| 5 | 奥野医院 | 下代継95-11 |
| 6 | 奥村整形外科 | 下代継19-1 |
| 7 | 草花クリニック | 草花2724 |
| 8 | 公立阿伎留医療センター | 引田78-1 |
| 9 | 小机クリニック | 小中野160 |
| 10 | こばやし内科小児科クリニック | 草花1439-9 |
| 11 | 近藤医院 | 油平35 |
| 12 | 櫻井病院 | 原小宮1-14-11 |
| 13 | さくらクリニック | 野辺1003 |
| 14 | 佐藤内科循環器科クリニック | 秋川2-5-1 |
| 15 | 清水外科 | 二宮1011 |
| 16 | 朱膳寺内科クリニック | 秋留1-1-10 |
| 17 | 鈴木内科 | 舘谷156-2 |
| 18 | 瀬戸岡医院 | 二宮1240 |
| 19 | 葉山医院 | 引田552 |
| 20 | 樋口クリニック　＊ | 秋川3-7-5 |
| 21 | 星野小児科内科クリニック | 小川東1-19-20 |
| 22 | 米山医院 | 二宮1133 |

※6月1日現在の状況（最新の状況一覧表は、受診券と共に送付します）

＊肝炎ウイルス検診は、実施していません。

## 結核検診（胸部X線）・肝炎ウイルス検診を実施します

▽**結核検診**　結核はかつて「国民病」といわれ、日本人の死亡原因の第1位でした。医療や生活水準の向上により患者数は減少しましたが、まだまだ過去の病気ではありません。特に結核患者の高齢化が進んでいますので、年に1回検診を受診しましょう。

●対象…65歳以上（昭和26年4月1日以前生まれ）の方

●検診内容…問診、胸部X線直接撮影

▽**肝炎ウイルス検診**　B型肝炎・C型肝炎はウイルス性の肝炎で、主に血液を介して感染します。自覚症状がなく、気付かないうちに感染している場合もあり、放っておくと肝臓がんなどに進行する恐れがあります。検診で早期に感染を発見し、適切な治療を受けることが大切です。

●対象…40歳以上（昭和51年4月1日以前生まれ）の方。ただし、過去に検診を受けた方や会社などが行う検診を受ける予定の方は除きます。

●検診内容…血液検査

▽**期間**　6月1日(月)～10月31日(土)

▽**申込み方法**　表2の実施医療機関の窓口で申し込んでください。

▽**費用**　無料

▽**その他**　市が実施する特定健康診査などと同時に受診することもできます。

▽**問合せ**　健康課健康づくり係（直通558・1183）

## 特定健康診査を受けましょう！～受診券を送付しました～

市では、国民健康保険に加入している方を対象に、メタボリックシンドロームの予防・改善を目的とした特定健康診査を実施しています。この機会にぜひ受診しましょう。

対象の方には、5月下旬に受診券と利用の手引きなどを送付しています。届いていない場合はお問い合わせください。

また、後期高齢者医療制度に加入している方には、6月下旬に受診券を送付します。

▽**健診期間**　6月1日(月)～9月30日(水)

※9月は大変混み合いますので、早めに受診しましょう。

▽**対象**　40歳以上74歳以下（昭和51年3月31日以前生まれで、健診日現在74歳以下）の方

▽**費用**　無料

▽**問合せ**　健康課健康づくり係（直通558・1183）

## 介護教室（講演会）腰痛の原因と関連する病気とその予防

▽**日時**　6月26日(金)　午後1時30分～3時

▽**場所**　あきる野ルピア3階集会室

▽**内容**　腰痛の原因や腰痛に関連する病気などの予防について、実技を取り入れ、専門家が分かりやすく解説します。

▽**講師**　理学療法士

▽**対象**　市内在住・在勤の方

▽**定員**　30人（申込み順）

※6月2日(火)から受け付けます。

※当日は、実技を行いますので、動きやすい服装でお越しください。

▽**申込み**　高齢者はつらつセンター（☎550・6101）

▽**問合せ**　高齢者支援課高齢者支援係

## めざせ健康あきる野21　ふれあいウォーク～あきる野を楽しく歩いて健康づくり～

秋川丘陵を彩るあじさいの中を歩いてみませんか。

○**コース**　千代原公園→一の谷小学校→八雲神社→引田橋→東京サマーランド→引田橋→熊野神社→武蔵引田駅

○**距離**　約4.4キロメートル（東京サマーランド園内除く）

○**日時**　6月21日(日)　午前9時30分集合、午後0時30分解散予定

○**集合**　千代原公園（上代継130、武蔵引田駅から徒歩5分、駅でスタッフが案内します）

○**解散**　武蔵引田駅

○**持ち物など**　飲み物、タオル、スタンプカード（お持ちの方）、歩きやすい服装

○**費用**　500円［東京サマーランドの「あじさい園」への入園料（団体割引後の料金）］

○**申込み方法**　初参加の方は電話で申し込んでください。

※雨天時の実施の有無については、当日午前8時以降にお問い合わせください。

○**申込み・問合せ**　健康課健康づくり係（直通558・1183）