

今年も特定健診を申し込みましょう

～年に一度の健康チェック～

問い合わせ先：健康福祉部健康課やまつじ

☎ 88・4511

★受診者のみなさんからのご意見を紹介します★

(平成27年度郡上市集団一般健診受診者アンケート結果より)

40代女性
「コレステロールが高めで相談したら、具体的な食料や調理法を教えてくださいました。親切に教えていただいたので実際にやってみます。来年の結果に良い影響が出るか楽しみです」

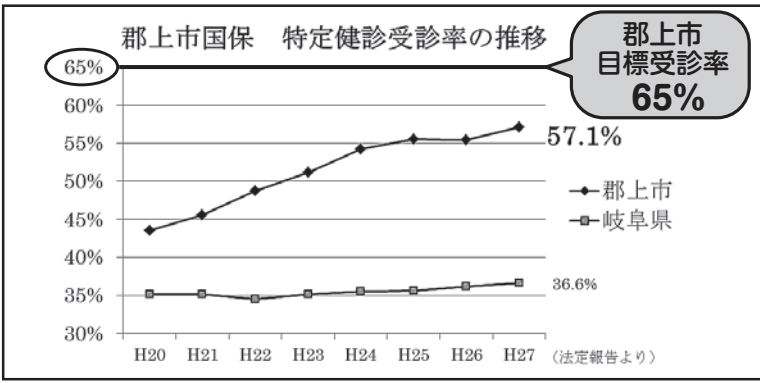
50代女性
「毎年健診を受けることで、身体の中がどうなっているかわかり安心できます。来年も健康で受けられるように日々の生活に気を付けたいと思いました」

60代男性
「健康になるのは自分の努力次第。酒、たばこを止めるとか、それを知らせてくれるのは、本日の健診だと思えます」

70代男性
「日常の身体の具合について心配していることを、先生や保健師さんに相談することで、安心でき心が休まります。毎年受診したいです」

特定健診を毎年受けることで、健康状態を確認し、自分の体について気になっていたことを解決する時間になったことがわかります。
また、生活習慣を振り返ることができ、ご自身に合った健康づくりを始められた人もいます。

郡上市国保加入者の特定健診の受診率は、制度開始時の平成20年度には43.5%でしたが、平成27年度には57.1%が受診されるまでに向上し、岐阜県下では4番目に高い状況にあります。郡上市では、受診率65%をめざしています。



特定健診を
毎年受診する
2つのいいこと

① あなたの健康にいいこと

◆生活習慣病の予防や早期発見ができる

メタボリックシンドロームに着目し、生活習慣病になる前段階に気づくことができます。

◆健康づくりの専門職と相談ができる

医師、保健師、管理栄養士が連携して、あなたの健康づくりを支援します。

◆病気の悪化や合併症を予防する

生活習慣を振り返り、病気の悪化を予防します。



郡上市の特定健診でメタボリックシンドロームと判定され、4年間継続して受けた人の8人に1人は改善しています！
(平成24～27年度郡上市国保特定健診結果から)



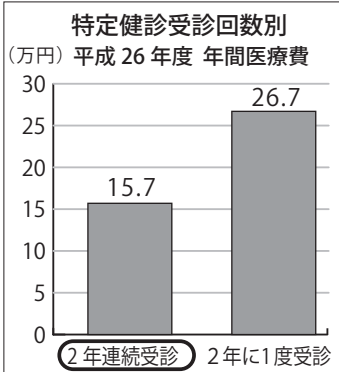
ご存じですか？

★特定健診の費用★

特定健診は、実際にかかる費用の約1割を自己負担していただいています。

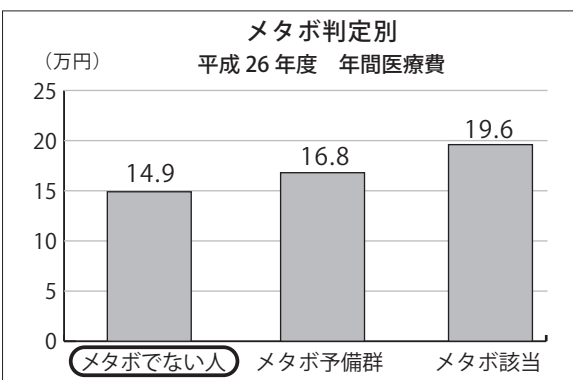
【医療機関での健診】
自己負担額 1,000円
(実際の費用約7,800円)

【保健センター等での集団健診】
自己負担額 700円
(実際の費用約5,000円)



特定健診を継続受診した人は、継続していない人に比べて、医療費が年間約11万円少なくなっています。

◆毎年受診すると、医療費に差が出ます



メタボでない人は、メタボ該当の人に比べ、医療費が年間約4万7千円少なくなっています。

◆メタボである人とない人では、医療費に差が出ます



特定健診は
毎年受けよう

「健康診査等受診希望調査票」が、2月末から3月にかけて、各世帯に配布されます。ご自分の対象となっている健診をご確認の上、お申し込みください。また、同じ調査票で、30歳代基本健診、ぎふ・すこやか健診、各種がん検診の申し込みができます。早期発見のために、がん検診も受診しましょう。調査票は全員に提出をお願いしています。期日までに、指定された提出先へお渡しください。

『健康診査等
受診希望調査』
が始まります

大切な
お知らせ！

平成29年度から、
胃がん・乳がん検診の内容が変わります

胃がん検診

胃レントゲン検診(バリウム造影)に加えて、胃内視鏡(胃カメラ)による胃がん検診を開始します。

- ▶対象者：50歳以上(S43.3.31以前生まれの人)
- ▶検診内容：問診、胃内視鏡検査
- ▶検診場所：市内医療機関
- ▶検診回数：年1回(バリウムまたは胃カメラのどちらか)

※治療中の病気や薬の種類によっては、検診を受けられない場合があります。

※詳細は、3月に各家庭に配布される受診希望調査票をご覧ください。



乳がん検診

☆医師による視触診が廃止となります。
☆40～49歳の方は、マンモグラフィーが2方向撮影となります。

