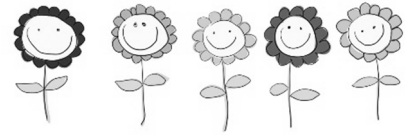


保健師・栄養士からの へるす さぽーと No.154



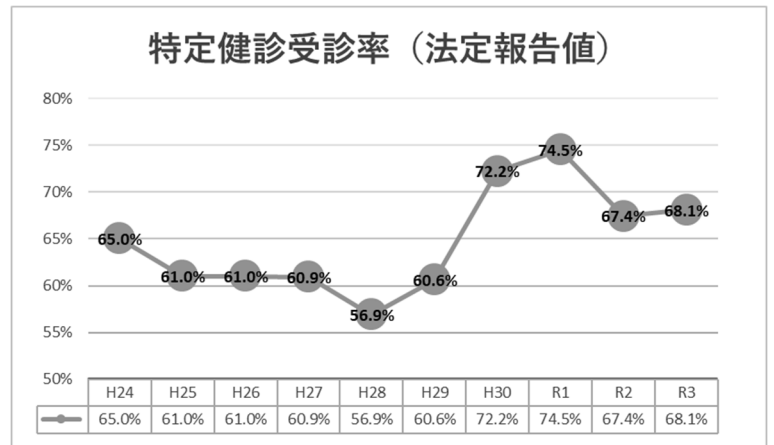
◆令和3年度

特定健診受診率は全道3位

令和4年12月、令和3年度の特定健診受診率（剣淵町国民健康保険加入者）が発表されました。

剣淵町の受診率は、68・1%と前年度よりも0・7ポイント増加し、昨年同様の全道3位となりました。

令和3年度は、コロナ禍による受診控えに加え、町内でのコロナ患者の確認や緊急事態宣言による6月集団健診の日程変更により、予約はしていたものの、受診できなかった方もみられました。



◆定期健診で自覚症状のない異常をみつける

健康診断の目的は、病気の可能性をスクリーニング（ふるい分け）することです。

生活習慣病の初期は自覚症状がほとんどなく、気づいた時には血管や臓器に大きな障害を及ぼしていることが少なくありません。そのため、毎年健診を受け、経年的に変化をみることが重要です。

健診結果に変化が見られた場合

は、生活習慣を見直し、病気の発症を予防しましょう。

◆自分が受けられる健診は？

年齢や健康保険によって、受けられる定期健診が変わります。

●20歳～39歳の方

会社に勤めている方は、年に1回以上職場の健康診断が受けられます。また、加入保険に関わらず、町民であれば、毎年6月に実施している「ふれあい健診」を受診できます。

●40～74歳で国民健康保険に加入している方

年に1回、剣淵町の特定健診を受けることができます。毎年4月・11月の「総合健診」、6月の「ふれあい健診」、自身の都合に合わせて受診できる「個別健診」の中から選ぶことができます。

●40～74歳で社会保険に加入している方

年に1回以上の職場の定期健診を受けることができます。扶養家族の場合は、年に1回の特定健診を受けることができ、「特定健診受診券」があれば、剣淵町の集団健診での受診も可能です。

●75歳以上の方

毎年6月にふれあい健診と同日に実施している「長生き健診」を受けることができます。

※4月からの健診日程等の詳細は、新聞折込チラシや町内回覧でお知らせします。

◆健診は受けた後も大切

異常が疑われたら精密検査を

健診のスクリーニング検査でわかるのは「異常がある可能性」です。必要な検査を受けて確かめないと、病気の早期発見・早期治療につながりません。健診で精密検査が必要とされたら、健診結果を持って病院を受診してください。

◆個別健診まだ間に合います

今年度の集団健診は11月で終了しましたが、40～74歳の国保の方で、まだ特定健診を受けられていない方は個別健診での健診をお勧めしています。受診を希望される方は直接、剣淵町立診療所へ連絡し、ご予約下さい。

予約先：剣淵町立診療所
電話 34-2030

（平日8時15分～17時まで）

（健康福祉課保健グループ）