



～今年度の健診はもうお済みですか？～

長野市国保特定健診・後期高齢者健診

・30 歳代の国保健診の実施期間は 11 月 13 日(土)までです！！

※健診は、治療中の人もすべて対象となります。

※今年度、まだ健診を受けていない人は、早めにお受けください。

人間ドック・脳ドックの補助を受けた人、受ける予定の人は対象外となります。

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大状況により、希望日に受診できない場合があります。希望医療機関に受診日を確認してから受診しましょう。

※健診を受けた人で、高血圧、高血糖、腎臓の機能低下がある人等を対象に、保健師・管理栄養士が訪問させていただくことがあります。



がん検診のご案内

お忘れの場合でも、
まだ間に合います！

子宮頸がん検診

対 象 者：今年度20歳以上の女性

検診内容：問診・視診・細胞診

実施期間：2月28日(月)まで

会 場：実施医療機関

受 診 料：1,500 円(頸部)

2,300 円(頸部・体部)

※医師が必要と認めた人のみ、頸部検診
に引き続き体部検診を実施します。

大腸がん検診

対 象 者：今年度40歳以上の人

検診内容：問診・便潜血反応検査

実施期間：11月13日(土)まで

会 場：実施医療機関

受 診 料：440円

※実施医療機関へ申し出て、検査容器を
受け取り、2日分を採便し、速やかに
提出してください。

※検診を受けられない場合や、受診料が無料になる場合があります。

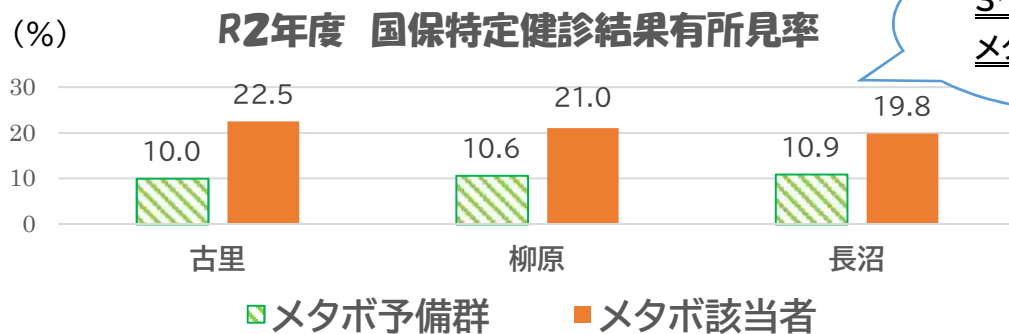
※お申し込み先や詳細については、広報ながの5月号と同時配布の「各種検診のご案内」をご確認ください。

どうして健診を受ける必要があるの？

毎年継続して健診を受けることで、自覚症状では気づかない身体のサインや生活習慣病のリスクに気がつくことができます。



東部保健センター管内3地区(古里、柳原、長沼)の国保特定健診の結果、**30%以上**の受診者の方が、メタボ予備群またはメタボ該当者と分かりました。(※1)
内臓脂肪に起因するメタボリックシンドロームは、生活習慣病の大きな原因になっているとされています。



**3~4人に1人は
メタボ所見あり!!**

(参照) ※1「健診・医療・介護データからみる地区の健康課題」

健診を受けて、身体からのサインと自身のリスクを 把握することで、生活習慣病の予防と改善ができます！

健診結果についてご相談ください（予約制）

健診結果の見方を知りたい、結果を改善したいなど、管理栄養士・保健師がご相談に応じます。健診結果をご持参ください。

実施日	時間
10月27日(水)	① 9:00 ~ ② 10:30 ~
11月18日(木)	
12月16日(木)	

実施日	時間
1月27日(木)	① 9:00 ~ ② 10:30 ~
2月28日(月)	
3月9日(水)	

<申し込み>

東部保健センター（電話 026-295-3330）へお申し込みください。