

いつまでも健やかな毎日を送るために

# 各種健康診査が 始まります



特定健診の問合せ

特定保健指導の問合せ

長寿医療制度の健康診査の問合せ

市民課保険年金係

☎0833(72)1400

健康増進課健康増進係

☎0833(74)3007

市民課高齢者医療係

☎0833(72)1400

## 国民健康保険制度に

加入の皆さんへ

### 特定健康診査・

特定保健指導が始まります

光市国民健康保険では、40歳から74歳までの被保険者を対象にメタボリックシンドロームに着目した健康診査と保健指導を実施します。この健診は、毎年受診することで効果が期待されます。自分の健康状態を把握し生活習慣病の予防や改善をしていくために、毎年の受診を習慣付けていくことが大切です。

対象者には、5月末に特定健康診査の受診券を郵送しますので、6月から9月までの期間に左頁表中の特定健康診査実施医療機関で受診してください。

健康診査項目 左頁表のとおり

健診結果・保健指導 健診結果は後日郵送します。保健指導の対象となった人には、健診結果と一緒に保健指導の利用券を同封しますのでぜひご利用ください。保健指導は基本的に無料です。（ただし食生活改善講座は500円程度の実費負担あり）

その他 65歳以上の人は特定健診に併せて介護保険による生活機能評価を行います。

## 長寿医療制度

（後期高齢者医療制度）

に加入の皆さんへ

健康診査を実施します

山口県後期高齢者医療広域連合では、長寿医療制度（後期高齢者医療制度）の被保険者を対象に、健康診査を実施します。生活習慣病を正しく理解し早期に対処するためには、健康診査を受診し、自己の健康状態を常に把握しておくことが大切です。被保険者の人には5月末に健康診査の受診券等を郵送しますので、左頁表の実施医療機関で受診してください。

健康診査項目 左頁表のとおり

健康診査対象とならない人

後期高齢者の健康診査は、生活習慣病を早期に見ることが主な目的であり、生活習慣病である次の疾病で定期的に医療機関で受診している人や入院中の人は、健康診査の対象になりません。

健康診査の対象にならない疾病

糖尿病、脳内出血、脳梗塞、脳動脈硬化、くも膜下出血、その他心疾患、高血圧性疾患、虚血性心疾患、

その他脳血管疾患、動脈硬化治療を受けている人の把握が困難なため、後期高齢者医療被保険者全員に受診券を送付します。対象とならない人はご了承ください。

光市特定健康診査等実施計画

「光メタボ減少プラン」

市では平成20年度からの特定健診と特定保健指導の実施にあたり、その基本となるものとして、計画策定の経緯・趣旨など11項目からなる「光市特定健康診査等実施計画」を策定しました。計画は「情報公開総合窓口」コーナーで閲覧できます。



# 健康診査実施内容一覧表

|                     | 特定健康診査   | 長寿医療制度の被保険者を対象とした健康診査   |
|---------------------|--|---|
| 実施期間                | 6月1日～9月30日   |   |
| 対象者<br>(健康診査受診券を郵送) | 国民健康保険の加入者で、今年度に40歳～74歳の人<br>今年度は、昭和9年4月1日～昭和44年3月31日生まれの人<br>病院に6か月以上入院している人や妊産婦などは、一部対象外となります。   | 3月31日現在、75歳以上(一定の障害のある人は65歳)で4月1日から後期高齢者医療被保険者になった人<br>4月1日以降に75歳になられた等、被保険者になられた人へのご案内は7月以降に順次送付します。 |
| 健康診査項目              | 腹囲測定、血圧測定、血液検査(脂質・肝機能・血糖)、尿検査  | 問診、身体計測、打聴診、血圧測定、血液検査(脂質・肝機能・血糖)、尿検査、貧血検査   |
| 健診受診料               | 2,000円   | 500円  |
| 持参物                 | ・健康保険証<br>・健康診査受診券   | ・後期高齢者医療被保険者証<br>・健康診査受診券及び質問票  |
| 実施医療機関<br>(50音順)    | 市川医院、市山医院、牛島診療所、梅田病院、兼清外科、河村循環器神経内科、河内山医院、近藤整形外科、五嶋内科クリニック、新日本製鐵(株)光鋼管部診療所、たけなか医院、多田クリニック、田中医院、田村医院、佃医院、光総合病院、光中央病院、光内科消化器科、平岡医院、広田医院、松村医院、みちがみ医院、光武医院、守友医院、やまて小児科アレルギー科、大和総合病院、吉村医院 |   |

## 介護予防のための

## 生活機能評価を実施します

介護が必要な状態になることを防ぎ、いつまでも自分らしく自立した生活を送るために、健康管理や生活管理の意識を高めることが大切です。市では、65歳以上(要介護・要支援認定者を除く)の人を対象に、6月から平成21年3月までの期間、介護予防健診として「生活機能評価」を実施します。

対象者 平成20年3月31日時点で満65歳以上(昭和18年4月1日以前生まれ)で、光市介護保険の第1号被保険者に該当し、要介護・要支援認定を受けていない人

健診内容 基本チェックリスト(25項目の問診) 生活機能チェック(問診、診察、身体計測、血圧測定) 生活機能検査(と)の結果 生活機能低下の恐れがある場合に、血液検査、心電図検査等を実施)

健診の結果、運動機能や口腔機能の低下、低栄養状態など生活機能の低下が心配され、今後介護や支援が必要になる可能性が高い人に市が介護予防サービスを提供します。

健診費用 無料  
受診方法 ご加入の健康保険制度で異なりますので、下記を参照してください。

国民健康保険や後期高齢者医療保険に加入している人

対象の人は、特定健診や健康診査の受診券に表示しています。表示のある人は、特定健診または健康診査と一緒に受診してください。

右記以外の人(被用者保険加入者など)

地域包括支援センター(あいばく光内)の窓口で、基本チェックリストを記入し、その結果生活機能低下の恐れがある場合は、介護保険課(あいばく光内)で受診券と問診票を発行しますので、上表の実施医療機関で生活機能評価を受けてください。

生活機能低下の恐れがない場合は、基本チェックリストのみで、生活機能評価は終わりです。

生活機能評価の問合せ 介護保険課 介護係 ☎0833(74)3003  
介護予防サービスの問合せ 地域包括支援センター ☎0833(74)3002

生活機能評価は、心身機能の低下をチェックし、寝たきり等の原因となる生活機能低下を早期に把握し、介護や支援が必要な状態を予防する健診です。

