

特定健診・後期高齢者健診

運動

栄養

休養

運動

バランスが大切



健康目標

特定健診・後期高齢者健診を受けましょう！



はつらつちゃん

けんこう仙北通信

発行；仙北市保健課 令和5年7月1日号 NO.1  
電話；0187-43-2252

～毎年受けよう～

特定健診・後期高齢者健診

【健診の流れ】

① 受診券が届きます

5月中旬に各世帯の受診券と健診ガイドが届きます。

対象者

- ・40～74歳の仙北市国保加入者
- ・後期高齢者

② 健診を受けます

(1) 集団健診で受ける場合

お住まいの地区の日程に合わせて受診します。  
がん検診も一緒に受けることができます。  
平日の受診が難しい方向けの日曜健診もあります。

※日曜健診は、事前の予約が必要です。

(2) 医療機関で受ける場合

事前の予約が必要です。直接医療機関へお問い合わせください。  
実施医療機関は、健診ガイド 10 ページをご覧ください。

◎持ち物

受診券・健康保険証

※集団健診のみ 当日の早朝尿・内ばき（スリッパ等）

※集団健診で大腸がん検診を受ける場合は大腸がん検体（2日分の便）

② 結果が届きます

健診受診後、1～2か月で結果が届きます。

健診の詳細は、  
健診ガイドを  
ご確認ください



# 健診

ではこんなことを調べます

健診では、主に下記のような項目で異常がないか調べます。自分自身の体の状態を把握して生活習慣を振り返ることは、健康を維持する上でとても重要です。健診は年に1度、必ず受診しましょう。

項目	内容
身長・体重 (BMI)	身長・体重のバランスを計算し、「肥満」「痩せ」かどうか調べます。
血圧	心臓が正常に動いているか、 また、高血圧・低血圧の有無を確認します。
脂質	脂質異常症（高コレステロール血症など）の危険度を調べます。 脂質異常は動脈硬化を進行させ、心臓病や脳卒中のリスクを高めます。
血糖	糖尿病の危険度を調べます。 糖尿病は重症化すると、失明や腎不全などの合併症を招きます。
腎機能	腎臓の機能をチェックします。 加齢にともない、腎機能は衰えてきます。 糖尿病などの生活習慣病がある人は特に注意が必要です。
肝機能	肝臓の機能をチェックします。 飲酒だけではなく、慢性的な服薬による副作用で肝臓に負担がかかっていることがあります。

## ▶通院している方も健診を忘れずに

持病があり「通院先で診てもらっているから健診を受ける必要がない」という人もいますが、ほかの病気が潜んでいる場合もありますので、通院中でも健診を受けることをおすすめします。

## ▶健診を受けたら…

健診の結果で「**要受診**（受診が必要です）」と診断された場合は、速やかに医療機関を受診し、適切な治療を受けましょう。早期に治療することで、重症化を防ぎ、身体への負担軽減、医療機関にかかる時間や医療費の削減にもつながります。