

## 結核・肺がん検診（胸部レントゲン単独検査）

胸部レントゲン検査のみ受診の場合は、前ページの巡回健診の会場・日程に加えて、下記の会場、日程でも受診できます。

日付	曜日	会場	日付	曜日	会場
8/20	火	①大井集荷所 ②西南湖報徳館	10/1	火	①加賀美公民館 ②鏡中條スポーツ広場
8/23	金	①戸田公会堂 ②東南湖公民館	10/4	金	①十日市場ふれあいセンター ②藤田集落センター
8/27	火	①JA落合支所 ②荊沢公民館	10/29	火	①蔵珠院南（元JA桃園支所） ②十五所公会堂
8/29	木	①六科集落センター ②野牛島集落センター	11/1	金	①柿平公会堂 ②曲輪田公会堂
8/30	金	①上高砂集落センター南 ②ハッピーパーク	11/5	火	①上今井集落センター ②富士見町集会所
9/3	火	①曲輪田新田宮農センター ②西区公民館 ③上八田公民館	11/6	水	①東吉田公会堂 ②西地区農村環境改善センター
9/5	木	①今諏訪集落センター ②百々諏訪神社東ちびっこ広場	11/7	木	①沢登公会堂 ②山寺公会堂
9/6	金	①西野北村公会堂 ②有野公民館	11/12	火	①くしがたすこやか平岡館 ②市役所西別館
9/9	月	①JA飯野支所 ②百々公民館	12/12	木	午後1時30分～午後3時30分 かがやきセンター
9/10	火	①飯野新田宮農センター ②飯野11区公会堂	12/18	水	午後1時30分～午後3時30分 櫛形健康センター
9/27	金	①浅原集落センター南空き地 ②寺部公民館 ③下今井集落センター	※受付時間 ①午後1時15分～午後2時 ②午後2時30分～午後3時15分 ③午後3時45分～午後4時30分		

当日の天候により中止することもあります。ご了承ください。

### ●65歳以上の方は、胸部レントゲン検査を年1度は受けましょう!!

感染症予防法により、65歳以上の方は年1度の受診が義務付けられています。かかりつけの医療機関や職場等で受診機会があれば受けましょう。そのような機会がない方は、市の検診をご利用ください。

65歳以上の方で、巡回健診または人間ドックのお申し込みが無い場合は、胸部レントゲン検査受診のご案内をお送りします。

（送付時期は、お住いの地区の健診日程の概ね2週間前となります。）



## 巡回健診の結果のお渡しについて

健診結果は、受診日から概ね1か月後に郵送、または結果説明会でお渡しする旨のご案内ハガキをお送りします。

結果説明会では、保健師・管理栄養士が健診結果についての解説、保健相談、精密検査受診案内などを行います。郵送で結果を受け取った方も、何かご相談があればお気軽にお越しください。日時は案内ハガキ、または結果とともにお知らせします。また、南アルプス市国保加入者で特定保健指導が必要な方への個別面談も併せて行います。

## 特定保健指導

市国保加入者が市の基本健診（特定健診）を受診した結果、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）のリスクがある方に、保健師・管理栄養士が生活習慣を見直すサポートを行います。

### 対象者

①腹囲 男性 85cm以上 またはBMI 25以上  
 （おへそまわり） 女性 90cm以上

②脂質 中性脂肪 150mg/dl以上  
 HDLコレステロール 40mg/dl未満 } のいずれかまたは両方

③血圧 収縮期（最高）血圧 130mmHg以上  
 拡張期（最低）血圧 85mmHg以上 } のいずれかまたは両方

④血糖 空腹時血糖 100mg/dl以上  
 HbA1c 5.6%以上 } のいずれかまたは両方

※空腹時血糖値は、メタボリックシンドローム判定値と異なります。

ただし、血糖、血中脂質、血圧で服薬中の方は対象にはなりません。

喫煙の有無も判定の基準になります。

### 特定保健指導の内容

保健師・管理栄養士と面接(個別・集団)し、目標や支援計画を立てる

↓  
3か月以上の継続的支援

↓  
3か月後、健康状態や生活習慣の改善状況を確認

↓  
より健康な状態に!

