

30~74歳の
市国保加入者の
みなさんへ

健診で見つけよう、体からのSOS

市では、生活習慣病を早期に発見するため30~74歳の市国保加入者を対象に特定健診・基本健診を実施しています。

今回、生活習慣病などを早期発見するための特定健診・基本健診に関してよく受ける質問について担当課が紹介します。

問▶特定健診・基本健診に関すること=健康課☎(36)1187

▶医療費に関すること=国保医療課国民健康保険係

☎(36)1363

特定健診・基本健診Q&A

Q まだ若いし、元気なので健診を受けなくてもよいのでは？

A 生活習慣病は自覚症状が出にくく、症状が出たときはすでに重症ということにもなりかねません。若いから大丈夫と油断せず、健診で日頃から自分の健康状態を把握しましょう。

重症化することで医療費の負担も増！

▶健診受診者の生活習慣病治療費=6,343円

▶健診未受診者の生活習慣病治療費=37,728円

(平成29年度宗像市の1カ月分の医療費総額を比較)

Q 去年、健診を受けたので、今年は受けなくて良いのでは？

A 毎年受診しましょう。継続した受診で、病院に行く程ではなくても、年々数値が悪化している項目に気付くことがあります。今後治療が必要になるかもしれない警告としてチェックしておきましょう。



健康課の中村保健師

大切なのは「継続した受診で、数値の変化をみること」です。数値がよくない項目は、生活習慣を早めに見直すことで正常値に戻すことができる可能性があります。高くなります。

Q すでに治療中ですが、健診を受けても良いですか？

A 通院、治療中の人も特定健診の対象です。病院での検査に含まれていない検査項目があるかもしれません。ぜひ受診してください。

Q 健診は、いつ、どこで受診できますか？

A 健康課へ問い合わせてください〔☎(36)1187〕。日程・会場などを案内し、予約を受け付けます。

【日程/会場】*40歳以上の人は、個別医療機関でも受診できます

▶平成31年2月6日(水)、同17日(日)/メイトム宗像

▶平成31年1~3月の水・金曜日と、各月末の月曜日/

宗像医師会病院健診センター

Q 健診を受診したあとはどうすれば良いですか？

A 健診の結果で「生活習慣病発症のリスクが高いと思われる人」には、市の保健師・管理栄養士が訪問します。専門職の力を借りて生活習慣の改善を始めましょう。



健康課の
秋葉主任管理栄養士

訪問では、健診結果の見方から説明し、疑問・質問を確認しながらみなさんと一緒に無理なく続けられる改善策を考えます。まずは始めることが大事です！継続して実践すれば、来年の健診結果が楽しみになりますよ。

受診後は、こんなメリットも



国保医療課の磯部主事

特定健診・基本健診を受けたみなさんへ、市内のジムやプールをお得に利用できる「運動施設利用料金・助成事業」が今年から始まりました！楽しく運動が続けられるよう、みなさんの健康づくりをサポートします。

*事業の詳細などは、市HPの「宗像市運動助成」で確認を

*対象者=市国保に加入し、市の特定健診・基本健診を受診した30歳以上の人

国民健康保険・後期高齢者医療制度
加入のみなさんへ

自宅で歯科健診が受診できる

在宅歯科訪問事業を

利用しませんか



歯科健診を受診することが難しい在宅者や高齢者へ、訪問での健診・指導を行います。口腔機能を維持・向上し、生活習慣病などの重症化予防や、健康寿命を延伸しましょう。

対象

①市内在住で、市国民健康保険か県後期高齢者医療制度に加入する40歳以上の者

②歯科医師・歯科衛生士が行う歯科治療(医療保険を利用)や在宅療養管理指導(介護保険を利用)を受けていない人

③歩行が不安定で単独では通院することが困難な人

*例えば、公共交通機関・タクシーなどでの通院ができない人、外出時に介助者が必要な人が対象です

健診や指導の内容

2カ月間で最大8回訪問します。

▼初回訪問(歯科医師、歯科衛生士)

問診、口腔内チェックなどを基に、指導方針(計画)作成

▼2回目訪問(歯科衛生士、必要に応じて管理栄養士)

本人や家族に、口腔内清掃・ブラッシング指導・栄養指導などを行う

▼最終訪問

問診、口腔内チェックなどの評価

問 国保医療課国民健康保険係

☎(36)1363

(広告)

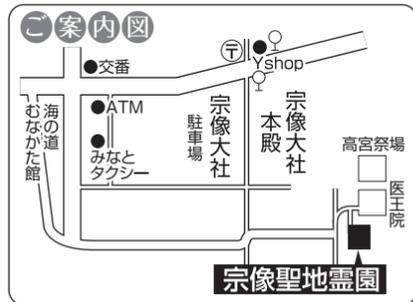
医王院 宗像市認可霊園 宗像聖地霊園

当霊園は宗旨、宗派を一切問いません。承継者がいない方でも安心して申し込みます。

●所在地:福岡県宗像市田島2211番地 ●交通:西鉄・宗像大社前バス停徒歩10分 ●経営許可番号:18宗環第86号

お申し込みお問い合わせは

☎0940-62-1566



墓地+墓石+施工一式

※管理費・消費税も全て込み価格

1.8㎡

1,191,000円~

2.35㎡

1,875,000円~

3.3㎡

2,256,000円~