







## 特定健診ではこんな検査を実施します

<p><b>腹囲測定</b></p> <p>おへその周りには？</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・男性85cm未満</li> <li>・女性90cm未満</li> </ul> <p>腹囲を測定し、内臓脂肪の蓄積を確認します。</p> 	<p><b>身体測定</b> 身長・体重・BMI</p> <p>身長・体重から肥満度(BMI値)を確認します。BMI=22が最も病気になりやすいといわれています。</p> <p>BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)</p> 	<p><b>検尿</b> 尿糖・尿たんぱく・尿潜血</p> <p>尿の成分を調べます。尿糖では糖尿病のリスクを、尿たんぱく、尿潜血では腎臓の状態などを確認します。</p> 
<p><b>採血</b></p> <p>&lt;検査項目&gt; 総コレステロール・中性脂肪 HDLコレステロール LDLコレステロール AST・ALT・γ-GT クレアチニン、尿酸、 HbA1c・空腹時血糖</p> <p>脂質異常、肝機能、腎機能、糖代謝異常の確認をします。</p> 	<p><b>血圧測定</b> 収縮期血圧 拡張期血圧</p> <p>血管にかかる圧力を測定します。数値が高い場合は動脈硬化を引き起こしやすいです。</p> 	<p><b>問診</b></p> <p>現在の健康状態のほか、喫煙・服薬・既往歴などについて確認します。</p> 

## 健診を受けたあとは

<p><b>情報提供</b></p>	<p>すべての受診者に、健診結果の見方、健康づくりのアドバイスなど、生活習慣改善に必要な情報が提供されます。結果は3段階に階層化され、生活習慣の改善が必要な方には特定保健指導の案内が届きます。</p>
--------------------	--

## 健診結果などから生活習慣の改善が必要と診断されたら

<p><b>動機づけ支援</b> 改善の必要度：★★★</p> <p>対象：メタボリックシンドロームの兆候が現れはじめた人</p> <p>専門スタッフの支援のもと生活習慣を改善するための目標を設定し、実行に移せるようサポートします。翌年4月にそれまでの取り組みについて振り返りを行います。</p> 	<p><b>積極的支援</b> 改善の必要度：★★★★★</p> <p>対象：メタボリックシンドロームの危険性が高い人</p> <p>専門スタッフの支援のもと生活習慣を改善するための目標を設定し、実行していけるように面接や電話などにより継続的に支援を行います。翌年4月にそれまでの取り組みについて振り返りを行います。</p> 
--	--

### ○受診勧奨判定値以上の数値の項目があった方

生活習慣病は自覚症状がないまま進行するおそれがあります。放置せず早めに医療機関に受診しましょう。

<問い合わせ> 保険年金課 ☎45・3111 (内線114) 保健センター ☎45・3191

<p><b>酒害相談のご案内</b></p> <p>アルコール依存に関することで心配されている本人や家族の相談に応じます。</p> <p>日時 8月5日(水)、9月2日(水) いずれも午後7時～9時</p> <p>場所 大垣市総合福祉会館</p> <p>相談料 無料</p> <p>申し込み 不要</p> <p>問い合わせ 岐阜県精神保健福祉センター ☎058・231・9724</p>	<p><b>郷土史の会・研究発表会のご案内</b></p> <p>生涯学習教室・郷土史の会では、西美濃をはじめ、岐阜県の歴史を会員相互で調べ合い、発表の機会を設けております。</p> <p>この度、研究発表会といたしましたので、2つの講演会を開催する運びとなりましたので、ぜひご参加ください。</p> <p>○<b>天下の名奉行 大岡越前と善南寺山論争</b> 天下の名奉行「大岡越前」の功績をたどり、池田町とのつながりを「善南寺山論争」を軸に紐解きます。</p> <p>日時 7月8日(水) 午前9時30分 場所 池田町中央公民館 1階 第3会議室</p> <p>○<b>知らなかった農民の暮らしぶり</b> —八幡村竹中家庄屋文書を解き読み— 江戸時代の農民の暮らしぶりを竹中家の庄屋文書より具体的事例でわかりやすく探ります。</p> <p>日時 8月12日(水) 午前9時30分 場所 池田町中央公民館 1階 第3会議室</p> <p>問い合わせ 郷土史の会 牧村 ☎45・3507</p>
---	--