

健康Eye

けんこう・アイ



健康ひとくちメモ Topics of the month (2月)

～化学物質過敏症～

2月17日～23日はアレルギー週間です。アレルギー疾患の一つに化学物質過敏症があります。化学物質過敏症とは、タバコや柔軟剤、合成香料など多くの人は何も感じないような化学物質で具合が悪くなってしまう病気です。症状は頭痛や発熱、かゆみなど人によって違い、触れた化学物質や季節によっても違います。突然、誰にでも発症する可能性があります。発症した方

は原因物質を遠ざけるような生活を送り、辛い思いをしている方もいます。地域や職場、学校内の化学物質をできるだけ減らすよう、皆様のご理解とご協力をお願いします。
健康づくり推進課☎77・1133



「あやせいきいき健康だより」は3月に全戸配布しています。届いていないときは地域包括ケア推進課(保健福祉プラザ内)へ 問同課☎77・1116

あやせ24時間健康相談

医師や保健師などが、心や体の健康相談に24時間応じます。フリーダイヤル☎0120・1192・61

健康Eye(アイ)掲載の各事業は、新型コロナウイルス感染症の影響により、中止となる場合があります

健康度見える化コーナー相談会

5種類の機器を使用し、体組成・脳年齢・骨健康度・血管年齢・血圧の測定と結果の印刷。希望者には結果の見方や生活習慣改善について保健師や管理栄養士からアドバイス。☎2月24日(水)9時30分・10時・10時30分・11時保健福祉プラザ☎各3人(申込順)持筆記用具申2月2日から健康づくり推進課☎77・1133



離乳食ゴックン教室

離乳食と育児の話。講師は管理栄養士、保健師。☎2月26日(金)10時～11時保健福祉プラザ☎4～8か月児の保護者☎15人(申込順)持母子健康手帳、抱っこひも申健康づくり推進課☎77・1133



女性のヘルスアップセミナー

年を重ねることによる女性の心身の変化を学び、血液循環を良くする効果のあるヨガの実践。講師は産婦人科医師の永井美江さん、ヨガインストラクターの高橋順子さん。☎3月10日(水)14時～16時保健福祉プラザ☎市内在住・在勤の方☎15人(申込順)申2月2日から健康づくり推進課☎77・1133



2月の健康相談

相談の名称など(無料)	時(祝日・振り替え休日は除く)・相談内容など	問
成人健康相談	2/17(水)9:30～11:45。生活習慣病などの相談。骨健康度測定もあり	健康づくり推進課 ☎77・1133
保健師による心の健康相談	2/25(木)10:00～11:30。心の健康相談	
聴覚相談	2/25(木)9:00～11:30。聴覚チェックと聞こえの相談。40歳以上の方対象	
妊娠・出産・子育て総合相談	毎週月～金曜日8:30～12:15・13:00～17:00。妊娠・出産・子育ての悩み、児童虐待について(電話可)	
いきいき健康・食事相談	毎週月～金曜日8:30～12:15・13:00～17:00。健康・栄養・酒害相談など	
高齢者ヘルスアップ相談	2/8(月)10:00～11:30。高齢者福祉会館。健康相談、心の健康相談	

がん検診 がんは、痛みなどの症状が出る前に発見・治療できれば、治る可能性が高くなります。定期的にごがん検診を受けましょう 問健康づくり推進課☎77・1133

市特定健康診査を受けましょう

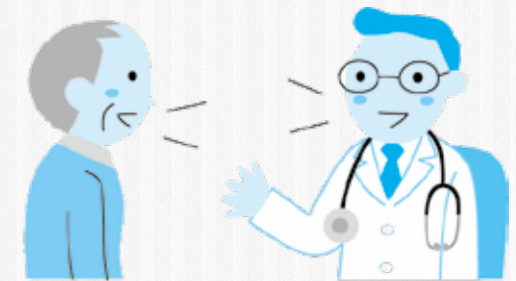
健康づくり推進課☎77・1133か保険年金課☎70・5617

特定健診は生活習慣病を予防することを目的に、その前兆となるメタボ(メタボリックシンドローム)に着目して行う健診です。

市国民健康保険の医療費分析の結果から、健診を毎年受けている方は、受けていない方に比べて、大きな病気にかかった場合にかかる医療費が低いということが分かりました。市特定健診を受診し、リスクの早期発見や早期治療をすることが重要です。生活習慣病を予防・改善することは、新型コロナウイルス感染症の重症化を防ぐことにもつながります。委託医療機関では新型コロナウイルス感染症予防対策を行い、同健診を実施しています。

同健診は3月31日まで受診できます。詳細は昨年5月下旬に送付した個人通知(受診券など)や市ホームページを確認してください。

☎同保険加入者で、今年度中に40歳～74歳になる方(社会保険などの加入者は、各保険者に要確認)



市ホームページ

トップページ>市民向け>保険・年金>国民健康保険>特定健診>特定健康診査・特定保健指導(令和2年度)について



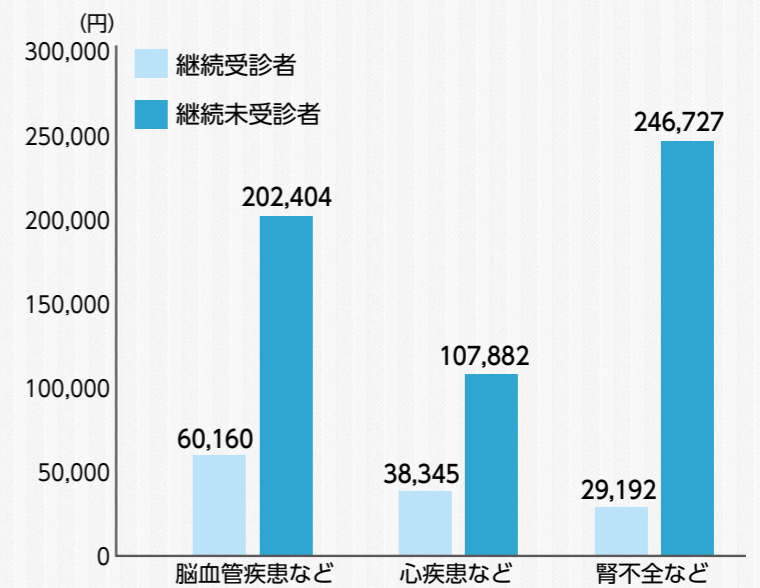
健康診査内容

基本的な健診項目
(受診者全員に実施)
問診、身長、体重、腹囲、BMI、血圧、肝機能、血中脂質、血糖、尿

詳細な健診項目
(医師の判断で実施)
貧血検査、心電図、眼底検査

追加健診項目
胸部レントゲン(希望者に実施)
肝炎検査・前立腺がん検査(希望者に実施。別途自己負担の費用がかかります)

3年後の1人あたり医療費



国保特定健診は生活習慣病を発見するための健診です。年に1回必ず受診して、生活習慣病を予防しましょう 問保険年金課☎70・5617