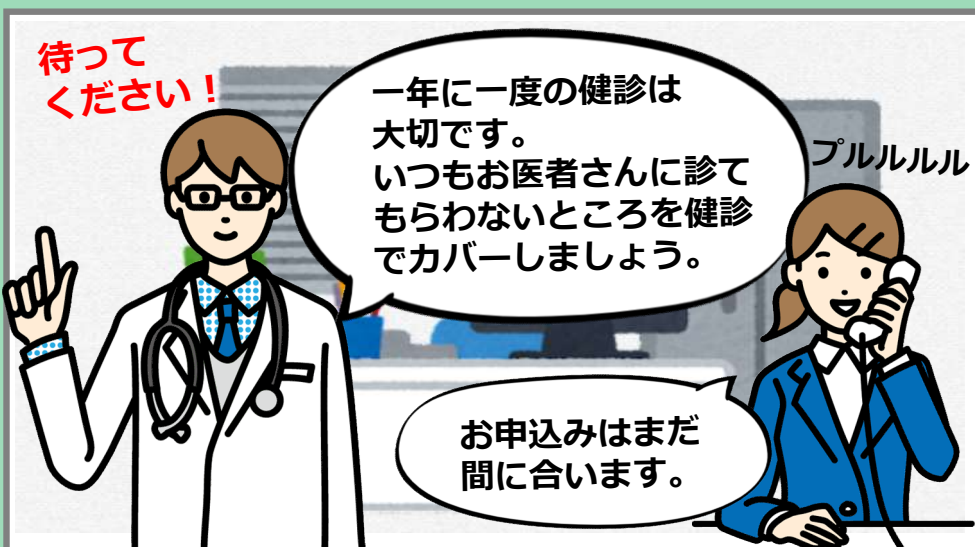


健康 プチ 情報

2024

春号

5.15発行



一年に一度
健診に行こう

CHECK!



当てはまる項目があるか
チェックしてみましょう。

- ☐ 自分は健康だから健診は受けない。
- ☐ 健診に使うお金がもったいない。
- ☐ 時間がなくて健診に行けない。
- ☐ 同じ検査なら毎年受けなくても大丈夫。
- ☐ ついつい忘れて申し込みをしなかった。



チェックがついた方へ
アドバイスは
裏面へ

ワンポイント アドバイス

健康に自信はありますか？

体に不調はないから
受診しなくていいよね？



生活習慣病は自覚症状がない
ことが多いです。

健診にかかる費用は…

通常8,000円程度掛かる健診
費用は市の補助があるので
無料※で受けられます！

無料の健診なら
受けてお得！



※40歳以上の三条市国保加入者

健診時間は…

健診に要する時間は**約1時間**！
1日24時間のうちの1時間、
1年365日のうちの1日。健康の
ために使ってみませんか？

$\frac{1}{365}$ で健康を確認！



同じ検査内容だからこそ毎年受ける意味がある

～定期的な通院とは別の視点で
全体の健康をチェックしましょう～

- ・健診期間は6月から12月まで
- ・60歳以上の方は指定医療機関
でも受診できます

健診で兆候が分かる病気が
こんなにあります（生活習慣病など）

- ・糖尿病
- ・動脈硬化症
- ・高血圧症
- ・慢性腎臓病
- ・脂質異常症
- ・フレイル など

生活習慣病やフレイルの予防には、まず健診を受けましょう！

健診の詳細い内容はこちら▶



特定健診・各種がん検診のお申込みは 健康づくり課健診係 34-5443まで

次回
予告

秋号2024.9発行予定

編集後記

健康診査が始まります。加齢による体調の変化や体重増加など気になることはありますか…？健康に自信があれば新しいことにチャレンジできたり、仕事に集中できたり良いことがたくさんあります！皆様の健康づくりを応援していますので、健診受診をお願いします。（一体化チーム一同）

発行：三条市高齢者保健・介護一体化チーム（健康づくり課・高齢介護課）