

■ 総合健診日程 (受付時間：午前 6 時30分～ 9 時30分)

地区	実施日	会場	地区	実施日	会場
石越	5月15日(火)～18日(金) 5月21日(月)～23日(水)	石越総合支所	南方	7月10日(火)～13日(金) 7月17日(火)～20日(金)	南方農村環境改善センター
	中田	5月22日(火)～25日(金) 5月28日(月)・29日(火)		石森ふれあいセンター	登米
5月30日(水)～6月1日(金) 6月4日(月)・5日(火)		上沼ふれあいセンター	津山	7月24日(火)・25日(水)	
6月6日(水)～8日(金)		浅水ふれあいセンター		7月26日(木)～28日(土)	柳津小学校
6月10日(日)～14日(木)		宝江ふれあいセンター及び 中田B&G海洋センター	豊里	8月21日(火)～26日(日)	豊里公民館
東和	5月29日(火)～31日(木)	米川公民館	迫	9月4日(火)～7日(金)	新田公民館
	6月1日(金)・2日(土) 4日(月)	米谷公民館		9月10日(月)～13日(木)	北方公民館
	6月5日(火)・6日(水)	東和勤労青少年ホーム		9月14日(金) 9月18日(火)～21日(金) 9月24日(月)～28日(金) 10月1日(月)～3日(水)	迫保健センター
	6月7日(木)・8日(金)	東和地域福祉センター			
米山	6月11日(月)～12日(火)	善王寺コミュニティセンター	★総合健診では、特定健診、結核・肺がん検診、胃がん検診、大腸がん検診、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診を一緒に受診することができます。		
	6月13日(水)～15日(金)	中津山公民館	★昨年度と健診会場と時間に変更となっている場合がありますのでご注意ください。		
	6月18日(月)～22日(金)	米山体育館			

■ 乳がん検診日程 (受付時間：午前 9 時～10時30分、午後 0 時30分～ 1 時30分)

地区	実施日	会場	地区	実施日	会場
津山	6月7日(木)・8日(金)	津山ふれあいセンター	豊里	10月22日(月)～25日(木)	豊里公民館
東和	6月12日(火)～15日(金)	東和地域福祉センター	石越	10月15日(月)～17日(水)	石越総合支所
南方	7月24日(火)～27日(金) 7月30日(月)・31日(火)	南方保健センター	米山	11月5日(月)～9日(金) 12日(月)	米山総合保健福祉センター
迫	8月20日(月)～25日(土) 8月27日(月)～31日(金)	迫保健センター	中田	12月12日(水)～15日(土) 12月17日(月)～21日(金)	中田保健福祉会館
登米	9月18日(火)～21日(金)	登米総合体育館	★今年度は集団検診のみの実施となります。		

■ 子宮がん検診日程

地区	集団(車)検診	会場	個別(病院)検診	医療機関
津山	4月26日(木)・27日(金) (実施済み)	津山ふれあいセンター	5月1日(火)～12日(土)	①登米市民病院 ②結城産婦人科医院 ※①で受診される際は、予約が必要です。
南方	5月21日(月)～24日(木)	南方保健センター	5月28日(月)～6月9日(土)	
石越	7月11日(水)～13日(金)	石越総合支所	7月17日(火)～28日(土)	
登米	8月1日(水)～3日(金)	登米総合体育館	8月17日(金)～28日(火)	
米山	8月21日(火)～24日(金)	米山総合保健福祉センター	8月27日(月)～9月8日(土)	
中田	10月15日(月)・16日(火)	上沼ふれあいセンター	10月29日(月)～11月17日(土)	
	10月17日(水)	浅水ふれあいセンター		
	10月18日(木)・19日(金)	石森ふれあいセンター		
	10月22日(月)・23日(火)	宝江ふれあいセンター		
迫	10月24日(水)・25日(木)	迫保健センター	8月29日(水)～10月27日(土)	
豊里	11月7日(水)～9日(金)	豊里公民館	11月12日(月)～24日(土)	
東和	11月12日(月)～14日(水)	東和地域福祉センター	11月26日(月)～12月8日(土)	

【問い合わせ】市民生活部健康推進課 ☎0220 (58) 2116 国保年金課 ☎0220 (58) 2166

特定健診 Q&A

Q お腹が出ているとメタボリック症候群なの？

A お腹が出ているだけでは、メタボリック症候群ではありません。内臓脂肪型肥満に加え、高血糖、高血圧、脂質異常を併せ持った状態のことをいいます。ただし、内臓脂肪が蓄積されると、血糖や血圧、血中脂質に影響するホルモンが分泌されるので、内臓脂肪を増やさないことは大切です。

Q メタボリック症候群を放っておくとどうなってしまうの？

A 動脈硬化を進行させます。高血糖や高血圧、脂質異常が進み、心疾患や脳血管疾患などの生活習慣病になる危険度が高くなります。近年、糖尿病や高血圧症、脂質異常症などの生活習慣病や予備群の人が増加しています。それらを原因とする死亡者は、死者全体の3分の1に上ると推計されています。

Q 特定健診以外、市が行う検診にはどんなものがあるの？

A 結核・肺がん検診、胃がん検診、大腸がん検診、肝炎ウイルス検診、前立腺がん検診、子宮がん検診、骨粗しょう症検診、乳がん検診などを行っています。

脳卒中や心臓病、糖尿病などの生活習慣病は、自覚症状がなく、進行することが多いため、健診結果を知り、予防に取り組むことが大事です。特定健診は、生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的とし、メタボリック症

候群に着眼した健診です。検査項目である腹囲や血圧の測定、肝機能、血中脂質、血糖、腎機能などの検査により、総合的に判断します。特定保健指導の有効活用を

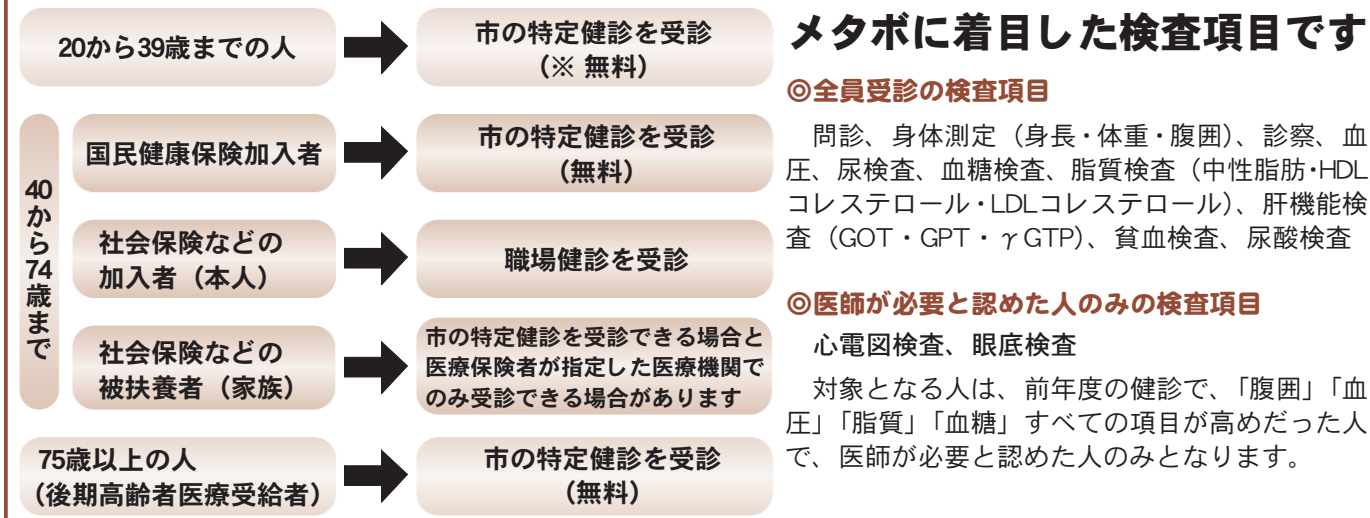
具体には、健診結果の説明をはじめ、健診の結果が生活習慣とどのように関連しているのか、また、血管や体などがどのような状態にあるのかなど、専門スタッフが今後の見通しや改善方法についてサポートします。健診を受けたら特定保健指導も併せて受けるようにしましょう。

体重や血圧、食生活など、健康に関して気になることはありませんか？  
自分の健康状態を見つめ、今後の健康維持や改善の方法を考えてみましょう。

# 忘れずに受けよう 特定健診・特定保健指導

□□ 特定健康診査（特定健診）とは □□

国保加入者と社会保険などの加入者は受診方法が違います



※「被災地健康支援事業」により、今年度に限り特定健診は無料となります。