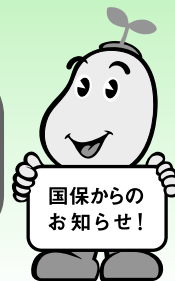


健診結果を活用しよう!!

～特定保健指導を受けましょう～



問／特定健康診査について…保険年金課 内2624～6 ☎463-0283
特定保健指導について…健康づくり課 ☎465-8611

市では、特定健康診査・人間ドックを行い、その結果メタボリックシンドローム該当者又は予備群の方には、食事や運動などの生活習慣を見直すための保健指導(特定保健指導)を行っています。



下の図は、朝霞市国民健康保険加入者の平成21年度特定健康診査（人間ドック含む）の状況です。健診を年代別にみると40～50歳代の若い世代ほど健診を受ける人が少なく、また、健診の結果、保健指導が必要と判定された人のうち、実際に保健指導を受ける人は少ない現状です。



若い時期から年に一度の健診でご自身の健康状態を知ることが大切です。また、特定健診の結果、『動機づけ支援』『積極的支援』という保健指導が必要と判定された方は、特定保健指導を活用して生活習慣病の発症を防ぎ、未来の健康づくりを目指しましょう!!

