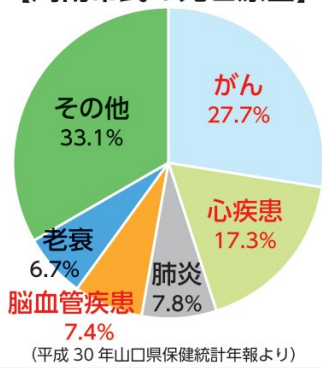


# 年に1回の健診で、**早期発見・早期治療！！**

【周南市民の死亡原因】



周南市民の死因の約半数以上が、生活習慣病だね。(赤字が生活習慣病)



自覚症状がないから怖い

**「生活習慣病」**  
**食事や運動・休養・禁煙**  
 などの生活習慣の見直しを！

## がん検診で「要精密検査」と判定されたら…

精密検査を必ず受けましょう。

結果と一緒に届いた封筒を医療機関に持参してください。

市がん検診の結果、「要精密検査」と判定され、その後受診が確認できない場合、市からご連絡させていただきます。

■がんは、早期に治療すれば、怖くありません。

例えば、**多くのがんは早期に見つければ、90%以上が治ると**言われています。(国立がん研究センター)



## 特定健康診査を受診したら…

### ①結果を確認します。

市が実施している「けんしん結果相談会」を利用してください。

### ②特定保健指導の利用券が届いたら…

特定健康診査は、メタボリックシンドロームや生活習慣病の発症リスクがないかを調べる健診です。結果に応じて、特定保健指導が必要な方へ利用券が届きます。

保健師や栄養士が食生活や運動などの生活習慣改善の取組みを全力でサポートしますので、利用券が届いたら、是非お申込みください。

(利用券に記載してある連絡先へ)



1年に1回は  
**体のメンテナンスを！**

令和4年度

## けんしん結果相談会



**けんしんは受けた後が大切です！！**



特定健康診査等の結果を活かすことは、5年後、10年後に自分がやりたいことができ、充実した毎日を送るための第一歩になります！

【内容】保健師・管理栄養士・歯科衛生士との個別相談  
 ※予約制(1人45分程度)

【対象】市内に在住の40歳以上の人

【持参物】健康診断の結果

【申込方法】下記「申込み先」までお電話ください。

※ご都合に合わない場合、日時や場所は調整いたします。

参加者特典！

- ★体組成測定
  - ★塩分濃度測定
  - ★血管年齢測定が出来ます！
- ※血管年齢測定は徳山のみのみ

申込先	健康づくり推進課 ☎ 0834-22-8553 メール: kenkozo@city.shunan.lg.jp	熊毛総合支所市民福祉課 ☎ 0833-92-0013	コアプラザかの ☎ 0834-68-2302
場 所	徳山保健センター	熊毛総合支所	コアプラザかの
時 間	9:00~12:00・13:30~16:15	9:30~12:00	13:30~16:15
4月	11日(月) / 26日(火)	27日(水)	—
5月	10日(火) / 30日(月)	25日(水)	—
6月	6日(月) / 28日(火)	22日(水)	—
7月	4日(月) / 26日(火)	27日(水)	—
8月	1日(月) / 23日(火)	24日(水)	—
9月	6日(火) / 26日(月)	28日(水)	—
10月	3日(月) / 24日(月)	26日(水)	12日(水)
11月	7日(月) / 28日(月)	30日(水)	9日(水)
12月	5日(月) / 21日(水)	28日(水)	14日(水)
1月	17日(火) / 30日(月)	25日(水)	—
2月	6日(月) / 21日(火)	22日(水)	—
3月	6日(月) / 22日(水)	22日(水)	—

