

お父さん、お母さん、おじいちゃん、おばあちゃん♪  
 ずっと元気でいてほしいから、  
 僕たちのためにも毎年必ず健診を受けてね!



平成23年度の宜野湾市の特定健診受診率は、28.6%で沖縄県内で最下位でした。  
 そして、健診を受けた方の中では、10人中7人に、何らかの異常が見つかっています。年に1度の健診が、  
 あなたの体のバロメーターになり、病気の予防、早期発見・早期治療につながります。  
 ご自身だけでなく、ご家族や大切な方のためにも、健診を…

**Q1 特定健診って誰が受けるの？**

**A** 生活習慣病の危険性が高い、40歳～74歳の方が特定健診の対象です。宜野湾市では、16歳～39歳と、75歳以上の市民の方にも特定健診と同じ項目の検査を無料で実施しています。

**Q2 特定健診を受けるには どうしたらいいの？**

**A** 対象者の皆様へ、宜野湾市から特定健診の受診券を郵送しています（40歳～74歳の社会保険や共済組合加入者を除く※）。医療機関または健診会場で受診できますので、受診券と保険証を必ず持参しましょう。受診券は、再発行できます。職場で健診がある方は、そちらを受けましょう。

**Q3 健診は受けたけど、それだけでいいの？**

**A** 健診は受けるだけでなく、受けた後の生活習慣見直しが大事です！宜野湾市保健相談センターでは、健診結果から、現在のあなたの体の状態について説明し、ひとりひとりに合った見直し方法を提案しています。保健師・栄養士・運動指導士が健康づくりのお手伝いをします！無料ですので、健康づくりにぜひご利用ください！

**特定健診** **無料**  
 受診期間を**延長**します！  
**3月31日まで**  
 (延長前1月31日まで)

**人間ドック・がん検診は**  
**1/31まで**の受診期間です。  
 ご希望の方は、お早目に！！  
 (乳がん・子宮頸がん検診は12/31で終了)

問合せ：健康支援課 ☎898-5583