

# けんしんで未来のあんしんを

## 年に1度は定期検診を受けましょう

特定健診は国が定めた健診で、40歳から74歳までの人を対象にしています。

特定健診では、生活習慣病予防のため、メタボに着目した健診を行います。体重は標準の人、あるいはやせている人でも糖尿病や脂質異常症などの生活習慣病を発症する例が報告されています。太っていないから「安心」とは限りません。

また、健診結果に合わせた情報提供と保健指導を行います。メタボのリスクがある人は、医師・保健師・管理栄養士などの専門家による生活習慣改善のための保健指導を受けることができます。

今年度まだ健診を受けていない人は、3月末までに水戸病院で受診してください。

▶受診先 水戸病院 ☎ 935-3799 受付は、月曜～土曜 8時30分～17時



## なぜ健診を受けるの？

「気になることもないし大丈夫」、「毎年受ける必要はないでしょ」、「受けない方が医療費削減になるのでは？」などと考える人もいます。

健診を受けることは「自分の今の体の状態を知ること」です。そして「これからの生活習慣を見直すためのもの」でもあります。

生活習慣病は自覚症状のないまま進行し、自覚症状が出てきたときはすでに重症化していることもあります。健診を毎年受けることで、自分の今の状態を知ることができ、病気があれば早期発見につながります。また、健診を受けず重症化してからの治療となると、早期発見者に比べ、医療費の自己負担額は9倍以上になります。早期発見・早期治療が、医療費の削減にもつながります。

## SMS(ショートメッセージサービス)を活用した受診勧奨を行います

令和2年度から、携帯電話、スマートフォンのSMSを活用し、受診勧奨メッセージをお送りすることがあります。郵送、もしくはSMSで受診勧奨が届いた人は、健康診断を受けましょう。

※受診勧奨が届いたが、すでにかかりつけ医などを受診された人は、役場までご連絡ください。

▶送信時期 令和2年8月、10月

▶対象者 次の全てに該当する人

- ・40歳～74歳の国民健康保険被保険者
- ・過去に集団検診を受け、携帯電話の番号が登録されている人
- ・受診勧奨メールの送信日までに特定健診を受けていない人

▶内容 特定健診のご案内、集団検診の日程、予約連絡先などのお知らせ



問い合わせ先 住民課 国民健康保険係  
☎ 932-1467(ダイヤルイン) ☎ 932-1151(内線116)

# 4月1日から エアゾール缶の 収集方法が変わります

令和元年6月に、エアゾール缶の収集方法の変更を広報でお知らせしました。その後、収集方法どおりにごみ捨てが行われず、缶が散乱するなど周囲に悪影響を及ぼしているため、再度エアゾール缶の収集方法を変更します。住民の皆さんには、お手数をおかけしますが、改めてご協力をお願いします。

## 変更前(令和元年6月～令和2年3月末日)

- ゴミ出し日 空き缶・空きビンの日
- 出し方 缶の中身を出し切って、透明または半透明の袋に入れて出す
- 収集場所 指定のごみ置き場



缶を袋に入れず、そのままごみ置き場に出すと、風で道路や側溝に散乱し、交通事故の原因になる恐れがあります。

## 収集方法を変更

## 変更後(令和2年4月～)

- ゴミ出し日 随時(エアゾール缶のみ)
- 出し方 缶の中身を出し切って、回収ボックスに出す
- 収集場所 須恵町役場、アザレアホール須恵、各行政区の公民館、集会所などに設置する回収ボックス



- ※1 エアゾール缶の回収ボックスです。他のごみはいれないでください。
- ※2 エアゾール缶回収ボックスに、破損やその他の異状を発見したとき、または収集について相談や質問などがありましたら、地域振興課 環境・衛生係までご連絡ください。

問い合わせ先 地域振興課 環境・衛生係  
☎ 932-1438(ダイヤルイン) ☎ 932-1151(内線217)