

# 予 介護予防

介護予防とは、高齢者が介護を必要とする状態を防いだり、たとえ介護が必要になってもそれ以上悪化させないようにして、高齢者の自立を支援することです。

## ◆介護予防健診のお知らせ

◆介護予防健診とは、「基本チェックリスト」を記入し、年齢とともに現れる心身の機能（運動機能や口腔機能、低栄養状態等）の衰えているところを早めに知り、いつまでも健やかに過ごせるよう介護予防に取り組むための健診です。

### 【受診券等の送付】

「基本チェックリスト」の結果、運動機能の低下が予測される方で、介護予防教室に参加希望の方に受診券を送ります。※基本チェックリストは、生活機能や運動機能、栄養状態に関する25個の項目に「はい」か「いいえ」で答える質問票です。介護保険の介護認定を受けていない70歳以上の方に送付します。

### 【介護予防健診受診申込】

実施医療機関へ連絡し、健診の日時を予約してください。自己負担はありません。

### 【介護予防健診の受診】

受診当日は、健康保険証・受診票（券）・「基本チェックリスト」を持参してください。自己負担はありません。

**健診項目** 問診、身体計測、血圧測定、理学的検査、心電図、貧血検査、血清アルブミン検査  
医師の判定（介護予防プログラム参加の可否）

### 【結果のお知らせ】

地域包括支援センターより「介護予防健診受診結果について」を郵送にてお知らせします。介護予防教室のご案内もさせていただきます。

### 【問い合わせ】

健康増進課地域包括支援センター（内線188・189）



### 三芳町内実施医療機関

医療機関名	住 所	電 話
1 あさの内科クリニック	三芳町みよし台6-14	274-6221
2 埼玉セントラル病院	三芳町上富2177	259-0161
3 富士内科クリニック	三芳町藤久保16-15	257-0601
4 三芳診療所	三芳町藤久保3990-5	258-6713
5 安田医院	三芳町上富402-5	258-3251
6 山田内科クリニック	三芳町北永井3-11	259-4462
7 三芳野病院	三芳町北永井890-6	259-3333
8 イムス三芳総合病院	三芳町藤久保266-1	258-2323
9 遠山脳外科クリニック	三芳町北永井997-5	274-7666
10 こうの医院	三芳町北永井694-5	257-8187

※富士見市・ふじみ野市の実施医療機関でも受診できます。

# 防 メタボ予防

生活習慣病の前段階であるメタボリックシンドロームを予防するために、40歳以上の方に「特定健康診査」、75歳以上の方に「後期高齢者健康診査」が実施されます。

## ■国保の特定健康診査 ●後期高齢者健康診査

6月1日(水) スタート!

### 【対象】

- 40～74歳の方 「国民健康保険の特定健康診査」
- 75歳以上の方 「後期高齢者健康診査」

### 【持ち物】

国民健康保険の保険証又は後期高齢者医療保険証、受診券、自己負担金（1,000円）

### 【健診期間】

平成23年6月1日～11月30日

◎平成23年度中に75歳の誕生日を迎えられる方は、誕生月によって健診期間が変わります。受診券と一緒にお知らせ通知が送付されますので、通知にしたがって受診してください。

### 【受診の流れについて】

- ①受診券等の送付 5月中に「受診案内・受診券・実施医療機関一覧表」が送付されます。
- ②特定健康診査の申し込み 実施医療機関へ連絡して健診の日時を予約してください。  
※10月～11月は、医療機関が混み合いますので早めの受診をお勧めします。
- ③特定健康診査の受診 受診当日は、保険証・受診券・自己負担金（1,000円）を持参してください。

### 〈受診項目〉

**基本健診項目** 問診、身体計測（身長、体重、BMI、腹囲）、血圧測定、尿検査、血液検査、（脂質、肝機能、糖、腎機能）  
**町付加健診項目** 貧血検査、心電図検査  
**詳細な健診項目** 眼底検査（前年度の特定健診の結果により受診）  
※23年度より血液検査に腎機能（クレアチニン等）が加わります。

- ④結果のお知らせ 受診医療機関から受診結果についての説明があります。
- ⑤特定保健指導の通知 国民健康保険の特定健診（40歳から74歳）受診の方  
※このままの生活を続けると生活習慣病の危険が高まる方やその可能性のある方には、「特定保健指導のご案内」が送付されます。詳しくは案内通知をご覧ください、お申し込みください。  
基本健診項目の結果により「積極的支援」または「動機付け支援」となり、管理栄養士、保健師が継続支援いたします。
- ⑥特定保健指導の実施 国民健康保険の特定健診（40歳から74歳）受診の方  
※特定保健指導の詳細については、案内通知をご覧ください。

### 【問い合わせ】

- 健診の問い合わせ 住民課保険年金係（内線154・157）
- 特定保健指導の問い合わせ 保健センター ☎258-1236  
※後期高齢者医療制度加入の方は、埼玉県後期高齢者医療広域連合から三芳町が委託を受け健康診査を実施しています。

### ★生活保護を受けている方の健診について

生活保護者の方を対象とした健康診査については、支給日に福祉課福祉係から個別に受診券を配布します。

- 生活保護者の健診の問い合わせ 保健センター ☎258-1236
- ★その他の保険に加入している方は、各保険者にお問い合わせください。

