

脱!
メタボ

まずは健診受診が スタートライン

生活習慣病の予防は、まず健診を受診することから始まります。今年度の健診をぜひ受診して、体重、腹囲、血圧、血液データをじっくり見てください。

気になることやわからないことなどは、かかりつけの医師に相談しましょう。また、市民健康相談をご利用ください。

●市民健康相談のお知らせ

期日	受付時間	場所
毎週月～金 (祝日を除く)	9:00～11:00	市保健センター
毎週月・木 (祝日を除く)	(月)13:30～15:30 (木) 9:00～11:00	各支所

脱!
メタボ

生活習慣の見直しを お手伝いします

特定健診の受診結果により「メタボ」やその「予備群」と判定された方には、医療保険者(ご加入の健康保険)が、生活習慣を改善していただくための「特定保健指導」を実施します。



特定保健指導の流れ

(高山市国民健康保険の場合：受診者数は平成21年3月31日現在)

