



# ずっと元気でいたいから、受けよう健診

メタボリックシンドローム(メタボ)は、内臓脂肪の蓄積や高血圧症、糖尿病などの生活習慣病と関係が深く、放置すると脳卒中などの重大な病気を引き起こす恐れがあります。市では、生活習慣病予防のためにメタボに着目した健診を行っています。年に1回必ず受診し、健康づくりの第一歩にしましょう。

◎問い合わせ 健康課 ☎ 23-2765



- **助成期間** 令和9年3月31日(水)まで
  - **自己負担額** 2種類から選択可
  - **生ワクチン(1回接種)** 2700円
  - **組み換えワクチン(2回接種)** 1回当たり6600円
- ※①の対象者には接種券を送付済み。②は該当の有無をかりつけ医などに要確認

## 带状疱疹ワクチン予防接種実施医療機関一覧

医療機関によって接種時間などが異なります。必ず問い合わせください。

医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号
○ あきと内科胃腸科	46-5500	○ 園田光正内科医院	38-5115
○ 姉川医院	22-2205	○ ☆ たかお浜田医院	22-8818
○ ★ 有川呼吸器内科医院	24-6677	○ 田口循環器科・内科クリニック	24-0600
○ 有馬医院	23-2610	○ 橋病院	23-7236
○ 安藤胃腸科外科医院	39-2226	○ 伊達クリニック	36-7088
○ ☆ いき形成外科ひふ科クリニック	45-0020	○ どのクリニック	22-1825
○ 彩り在宅クリニック	51-9520	○ ★ 都北ごとうクリニック	38-6060
○ 宇宿医院	25-9031	○ 富田医院	23-4586
○ 鶴木循環器内科医院	26-0008	○ ★ 永田病院	23-2863
○ 海老原内科	64-1211	○ ★ ながはま整形外科	46-7188
○ MKクリニック	51-6777	○ ならはら皮膚科医院	22-1455
○ 大岐医院	57-2025	○ 西浦病院	25-1119
○ おおくぼクリニック	26-1500	○ 野口脳神経外科	47-1800
○ 大橋クリニック	37-0539	○ 野辺医院	22-0153
○ 柏村内科	22-2616	○ はまだクリニック	45-2266
○ 飯屋医院	36-0521	○ 早水公園クリニック	36-6117
○ 川畑医院	46-3225	○ ★ 速見泌尿器科医院	24-8344
○ きたむら皮膚科クリニック	38-7300	○ 原田医院	26-3330
○ 教山内科医院	62-1205	○ ふくしまクリニック	46-5001
○ 共立医院	22-0213	○ 福島外科胃腸科整形外科医院	38-1633
○ 久保原田中医院	22-7700	○ 藤元上町病院	23-4000
○ 倉内整形外科病院	22-1252	○ 藤元総合病院	22-1717
○ 小牧病院	24-1212	○ ベテスダクリニック	22-1700
○ 坂元医院	22-0360	○ まつもと心臓血管外科クリニック	36-8926
○ 坂元循環器内科医院	57-9933	○ 松山医院	24-1046
○ 佐々木医院	62-1103	○ 政所医院	58-2171
○ 三州病院	22-0230	○ 丸田病院	23-7060
○ 志々目医院	57-2004	○ 三嶋内科	24-7171
○ しばた泌尿器科・内科	22-7111	○ ★ 都城医療センター	23-4111
※R8.5.1開院		○ 都城在宅医療クリニック	58-9808
○ 庄内医院	37-0522	○ ★ 都城フォレスト・クリニック脳神経外科	80-4313
○ すみクリニック	36-7701	○ 都城明生病院	38-1120
○ 内科・循環器内科・小児科		○ 宮永病院	22-2015
※予約サイトからの予約が必要			
○ 隅病院	62-1100		
○ 瀬ノ口醫院	25-5155		

※○は要予約、★はかかりつけ患者または入院患者のみ、☆は組換えワクチンのみ

## 令和8年度 带状疱疹ワクチン 予防接種

年齢やストレスなどにより免疫が低下することで発症する带状疱疹。市では、带状疱疹ワクチンの定期接種に対する補助を行っています。

◎問い合わせ 健康課

☎ 23-2765

※対象者のうち生活保護世帯の人は、生活保護受給証明書の提出で接種費用が免除。対象外の人は全額自己負担

◎ **その他** ワクチンについて詳しくは、厚生労働省ホームページを確認。またはかかりつけ医などに要相談。補助対象要件など詳しくは、市ホームページを確認



医療機関名	電話番号
○ 宗正病院	22-4380
○ メディカルシティ東部病院	22-2240
○ ☆ もりぞの耳鼻咽喉科	36-6036
○ 森山内科・脳神経外科	21-5000
○ もりやま脳神経外科	21-6888
○ 柳田病院	22-4850
○ 柳田クリニック	22-4862
○ 山内小児科医院 ※前日までに予約	22-0048
○ やまさき医院	25-7780
○ 山路医院	64-3133
○ ゆうクリニック	46-6100
○ よしかわクリニック	23-9384
○ 吉松病院	25-1500
○ 吉見クリニック	58-5633
○ ★ 吉見病院	58-2335
○ ライフクリニック	39-2525
北諸郡三股町	
○ あさぎり頭痛・脳神経クリニック	52-7788
○ 坂田医院	51-2003
○ ★ 大悟病院	52-5800
○ 田中隆内科	52-0301
○ とまり内外科胃腸科医院	52-1135
○ 長倉医院	52-2109
○ ホームクリニックみまた	52-1348
○ みしま内科クリニック	51-8100

【特定健康診査】 対象 40〜74歳の国民健康保険加入者

### 健診のお知らせ(無料)

健康づくりの第一歩です。また、健診結果を毎年確認することで、体の小さな変化にも気付くやすくなります。今は症状がなくても、将来の健康を守るために、定期的に健診を受けて自分の体の状態を確認しましょう。

### 健診で気付く、体からのサイン

健診では、血圧や血液検査などから現在の健康状態を確認できます。自覚症状がないまま進行する生活習慣病も、早期に気付くことができます。自分の体の状態を知ることが、健康づくりの第一歩です。

生活習慣病予防のため、健診を受けましょう。自覚症状がないまま進行する生活習慣病。バランスの取れた食生活や適度な運動習慣を身に付けることで、発症を防ぐことができます。「まだ若いから」「忙しいから」と健康管理を後回しにせず、一年に一度は健診を受け、生活習慣病の予防に役立てましょう。

【後期高齢者健康診査】 後期高齢者医療保険加入者

【生活保護受給者健康診査】 40歳以上の生活保護受給者

● 受診期間・受診場所

【個別健診】

6月1日(月)〜12月28日(月)・指定医療機関

【集団健診】

8月〜令和9年2月のうち指定日・指定会場(地区公民館など)

● 検査項目 問診・身体測定・血圧測定・尿検査・血液検査・診察

● 受診方法

対象者には5月末に「受診券・問診票」を送付します。問診票に必要な事項を記入し、マイナ保険証または資格確認証と一緒に医療機関の窓口

● 注意

● その他 通院中の人も対象です。かかりつけ医に相談し受診ください。

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 国民健康保険の日帰り人間ドックと重複受診はできません

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です

● 市健康診査を無料で受診できるのは年度内に1回です



健康課 技師 鍋島 典子

### 健診は、「受けた後」が大切です

健診結果を見て、自分の体の変化に気付くことが大切です。「太ったのは食べ過ぎが原因かな」「運動を始めようかな」と生活習慣を振り返りましょう。

市では、保健師や管理栄養士、看護師などの専門職が、一人一人に合わせた健康づくりを無料でお手伝いする「保健指導」を行っています。ぜひ活用ください。

### メタボリックシンドロームの診断基準

- **内臓脂肪型肥満** 腹囲 男性 85cm以上、女性 90cm以上 (内臓脂肪面積100cm<sup>2</sup>以上に相当)
  - **高血糖** 空腹時血糖 110mg/dl以上
  - **脂質異常** 中性脂肪 150mg/dl以上 かつ/または HDLコレステロール 40mg/dl未満
  - **高血圧** 収縮期血圧 130mmHg以上 かつ/または拡張期血圧 85mmHg以上
- 上記に加え、以下の2項目以上が該当(1項目が該当する場合は予備群)