

# 健康に自信のあるあなたこそ、健診が必要です！気になることがあれば産業医に相談しましょう。

どんな健診があるの？		どこで受ければいいのか？
特定健診	内臓脂肪の蓄積を調べ、メタボリックシンドローム及びその予備群の発見に着目した健診です。該当の方は、特定保健指導を受け、生活習慣を改善することが大切です。	保険証に記載されている医療保険者が実施します。
40歳未満の方の健診	血液検査・尿検査などを行っていますが、実施年齢、実施項目や実施場所は住所地の市によって異なります。詳細は、下記の各市健康診査担当課へお問い合わせください。	
事業所健診	職場で行われる健診です。事業所健診の結果を保険組合に提供することにより特定健診を受診したことになり、必要に応じて特定保健指導を受けることができます。	事業者の実施が義務づけられています。
がん検診	胃がん(偶数年齢)、肺がん、大腸がん、前立腺がん、子宮頸がん(2年に1回)、乳がん(2年に1回)の検診が行われています。負担金が必要なこともあります。 ※検診の種類により偶数年齢を対象にしている場合がありますので、お住いの市にご確認ください。	職場や健康保険組合又は居住地で実施しています。
歯周疾患検診	歯周病は、歯を失うだけでなく生活習慣病を悪化させるなど全身の疾患と関係するこわい病気です。検診では、歯肉の状態を調べます。年齢によって、無料になります。	お住まいの地域の保健センターなどへおたずねください。

## ひそかに進行するメタボ！

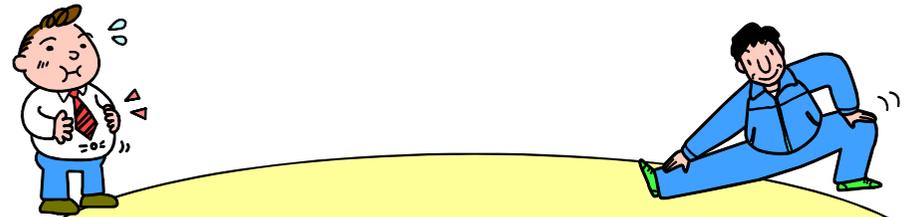
30代：リスクは肥満だけ

↓  
ここが生活習慣改善のチャンス！

40代：高中性脂肪あるいは高血圧などリスクが出始めますが、自覚症状はあまりありません。

↓  
生活習慣改善が必要です！！

40代後半から50代：リスクが更に重なり、脳梗塞、心筋梗塞を発病



定期的に健康チェックをしてリスクの少ない時期に生活習慣を見直し発病を防ぐことが健診の目的です。

お問い合わせ：まずは、職場でお尋ねください。職場で実施されていない健診項目については、下記へお尋ねください。

豊橋市在住の方：国保加入の方の特定健診は、豊橋市保健所健康増進課(0532-39-9141)、がん検診など各種検診は豊橋市保健所健康増進課(0532-39-9136)へ  
 豊川市在住の方：国保加入の方の特定健診は、市役所保険年金課(0533-95-0232)、40歳未満の方の健診・がん検診・成人歯科健診は保健センター(0533-95-4802)へ  
 蒲郡市在住の方：国保加入の方の特定健診は、市役所保険年金課(0533-66-1221)、40歳未満の方の健診・がん検診・歯周病検診は、健康推進課(0533-67-1151)へ  
 田原市在住の方：国保加入の方の特定健診、40歳未満の方の健診・がん検診・成人歯科検診は健康課(0531-23-3515)へ