

STEP 1 健康チェックの「守備範囲（目的）」を知る！



疑問

私、「かかりつけ医」に通院したり、「特定検診」・「人間ドック」も受診しているので、「健康チェック」は必要ないと思っているのですが？

回答



そんなことはありません。それぞれの「守備範囲（目的）」が異なるため、ぜひ受けていただきたい大事なチェックなんです。

◎かかりつけ医、特定健診、健康チェックの守備範囲と関わり方

「かかりつけ医」は、「病気を管理して体調を相談する」ことを守備範囲としています。一方特定健診は、「主に生活習慣病を見つけること」を守備範囲とし、その結果に伴い、かかりつけ医と連携して、精密検査を行う場合があります。このように守備範囲がそれぞれ異なることから、「皆さんの体が健康度も含めて全体でどうなっているのか」を知るためには、「健康チェック」が必要となります。

かかりつけ医に
元気さを伝える。
健康チェック結果を
ぜひ、かかりつけの先生
にお見せください。

かかりつけ医
【守備範囲】
病気を管理して
体調を相談する。

精密検査
特定健診の結果、
精密検査が必要な方
は、かかりつけ医で
精密検査を行う。

健康チェック
【守備範囲】
元気さ（健康度）
をチェックする。

両方とも受診する
ことで体全体を知
ることができます。

特定検診
【守備範囲】
主に生活習慣病
を見つける。

- 元気さ（健康度）
- ①体の元気（動ける元気）
 - ②頭の元気（脳の元気）
 - ③心の元気をチェックする。

- 心筋梗塞・脳梗塞・心不全等
になる前の危険因子（高血圧・
糖尿病等）を見つける。
※特定健診 40～74歳

◎参考資料／健康チェック報告会（9月22日開催）大石教授（鹿児島大学心臓血管・高血圧内科学、垂水市スーパーバイザー）講演内容

完全マニュアル
申込から
参加後まで
完全解説！

たるみず元気プロジェクト 2019

特集

最終募集
Last 2Days
残り2日程

続・40歳から
始まる
毎年1回の
健康チェック

ウーン
これこれ！



今年も
行く行く！



対象 **40歳以上**の垂水市民 ※10m歩行や握力測定
など軽微な運動ができる方 費用 **無料** 特典 **健康ポイント10pt付与**

**改めまして！
健康チェックとは**

垂水市では、平成29年度から「健康長寿」に着目した取組の一つとして、「たるみず元気プロジェクト・健康チェック」をスタートしました。「健康チェック」とは、「元気さ（健康度）」をチェックするものです。垂水市在住の40歳以上の方を対象に、「健康的な身体なのか」「元気に動けるか」「心臓や血管の状態はどうか」「充実した生活は送れているか」「認知機能はどうか」「お口の中の状態はどうか」を自分自身で知り、医療機関等と連携して、健康で長生きしようとする取組です。

今月の特集は、広報6月号でもご紹介した「健康チェック」について、改めてのご紹介と、今年最後のご案内となります。健康チェックは、今年に残り2回の開催となりますので、ぜひお申し込みください。