

# ごしょりん健診

※料金は無料です

対象者：17歳から39歳までの市民で、下記チェック項目①から④のいずれか1つでも該当する方

健診日時：2019年12月7日(土) 午前8時から10時まで

場所：松島会館

健診内容：①身体計測 ②問診 ③血圧測定 ④診察

⑤血液検査(脂質、肝機能、血糖、腎機能、貧血) ⑥尿検査 ⑦心電図

受診方式：集団健診 (受付時間を指定して通知します。健診時間は1時間程度です。)  
ただし、混雑状況によって異なります。

申込方法：健康推進課へ電話で申込み

その他：・定員は先着**100名**です。

・当日は託児を実施します。(生後6か月～小学3年生まで)

・受診票等は11月末に送付します。

・受診結果は約1か月後に説明してお渡しいたします。

若いうちからの健康を  
バックアップ!



健診結果の詳しい説明や  
生活改善のアドバイスも  
受けられるよ!

## チェック項目

- ①両親、兄弟姉妹、祖父母に糖尿病、高血圧症、腎臓病の人がいる。(2親等以内の家族)
- ②女性の方：妊娠糖尿病歴または妊娠高血圧症候群(妊娠中毒症)歴がある、または巨大児(4,000g以上)を出産した。
- ③過去に受けた健康診断で、次のうち1つでも該当したことがある。
  - ・空腹時血糖100mg/dl以上、尿糖+以上、尿蛋白+以上、尿潜血+以上
  - ・HbA1c(ヘモグロビンエーワンシー)：NGSP値5.6%以上
  - ・最高血圧130mmHg以上または最低血圧85mmHg以上

- ④30歳代：20歳のときと比べて、10kg以上体重が増加し、かつ現在のBMI25以上  
29歳以下：BMIが25以上

※BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)

例) 体重60kg、身長165cmの場合

$60(\text{kg}) \div 1.65(\text{m}) \div 1.65(\text{m}) = 22$  BMI=22

## ごしょりんからのメッセージ

「健診のために平日に仕事を休むことが難しい」「健診を受けたいけど、子供の預け先がない」…  
そんなあなたには、土曜日実施のごしょりん健診がオススメ! 託児もあるから、  
お子さんを預けて安心して健診を受けられるよ! 若い今から健診を受けて、自分  
の健康状態を確認しよう!!

