

# いつまでも健康で イキイキと暮らせるように

問 保険医療課  
☎56-0821

毎年、健診を  
受診しましょう。

本市では、40～74歳の長久手市国民健康保険加入者を対象に、特定健康診査等を行っています。

長久手市の特定健診受診率は  
56.6% (2022年度) で、**県内1位!**  
2人に1人以上が健診を受診しています!

あなたは特定健診を

○受ける

自分のカラダを知る

- ☐ バランスのよい食事がとれていますか?
- ☐ 適度に運動していますか?
- ☐ 十分な休養・睡眠がとれていますか?

年間約120人が  
特定保健指導を  
利用しています

生活習慣が気になるあなたへ

- ☐ 食事 ☐ 運動 ☐ 休養・睡眠

健康相談を行っています。

一緒に生活習慣の改善を目指しましょう!

年間約140人に  
送りました

病気の芽が見つかったあなたへ  
受診勧奨通知で  
お知らせします。

すぐにかかりつけ医に診てもらいましょう!

「まだ大丈夫」その放置、キケンです

×受けない

生活を見直す機会を逃してしまう

暴飲暴食

運動不足

喫煙

不規則な生活習慣



自覚症状のない生活習慣病が、  
じわじわと進行...

高血圧

脂質異常

糖尿病 など

早期治療

さらに放置

予防・早期治療によって  
**健康で  
楽しい生活に!**



重症化!身体にも経済的にも  
大きな負担が

脳卒中

腎不全

心筋梗塞 など



長久手市国民健康保険では、第2期データヘルス計画に引き続き、2024～2029年度を計画期間とする「第3期データヘルス計画」を策定しました。今後もみなさんが元気に過ごせるように、健康・医療情報から健康課題を分析し、課題解決のためのさまざまな保健事業に取り組んでいきます。

また、長久手市国民健康保険以外の健康保険組合でもみなさんの健康のために行っている取り組みがあります。気になった人は、加入先の健康保険組合にお問合せください。