

# 特定保健指導



「健康を守る」ために保健師や管理栄養士が生活習慣の改善をお手伝いします。

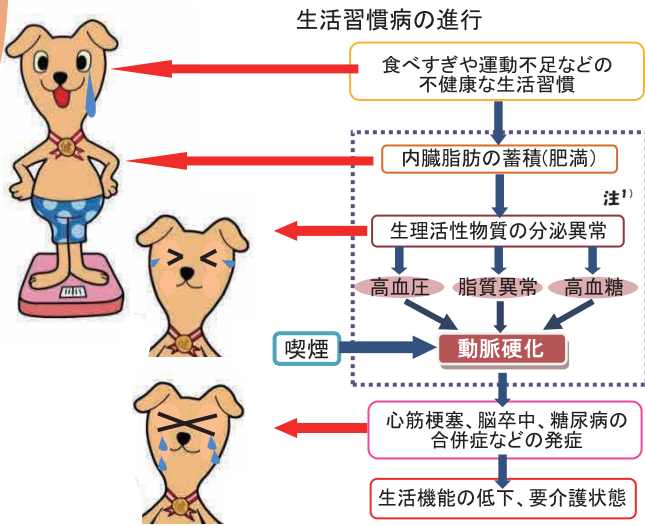
## 対象者

多可町国保に加入している40歳～75歳未満で、令和4年度に町ぐるみ健診や医療機関で特定健診を受診し、「動機づけ支援」または「積極的支援」の判定を受けた人

★ 時期 特定健診受診後

★ 方法 対象者には、アスパルでの面接または自宅への訪問等で生活習慣の改善に向けた支援を3～6か月間実施します。

成人



注<sup>1</sup> 生体活性物質とは・身体の働きを調整する役割をもつ物質

**特定保健指導を受ける**

生活の見直し 体重のコントロール

**【特定保健指導】**

動機づけ支援… 危険性が出現し始めた段階の人に対して、生活習慣改善のアドバイスを行う。

積極的支援… 危険性が重なり出した人に対して、生活習慣改善のための支援を継続して行う。

\*危険性＝ 肥満、血糖の異常、脂質の異常、血圧の異常、(リスク) 喫煙歴がある

## 歯科健診のお知らせ

歯科健診受診券は西脇市多可郡歯科医師会に加入している歯科医院で利用できます。対象者には令和4年5月中に受診券を送付しますので、ぜひご利用ください。

昨年度に引き続き今年度も機械的歯面清掃を実施するよ！  
日常の歯みがきではとれない着色汚れや歯石がとれるよ！



節目年齢の人
昭和57年4月1日～昭和58年3月31日生
昭和47年4月1日～昭和48年3月31日生
昭和37年4月1日～昭和38年3月31日生
昭和27年4月1日～昭和28年3月31日生

多可町国保加入者のうち以下の人
昭和52年4月1日～昭和53年3月31日生
昭和42年4月1日～昭和43年3月31日生
昭和32年4月1日～昭和33年3月31日生

後期高齢の人
昭和21年4月1日～昭和22年3月31日生
昭和16年4月1日～昭和17年3月31日生

妊婦さん
母子健康手帳交付時に配布します。

《多可町の健康づくり目標》

※健康増進計画数値目標より

3歳児健診で虫歯のない幼児 **100%** を目指します！ 現状 91.1%