

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。

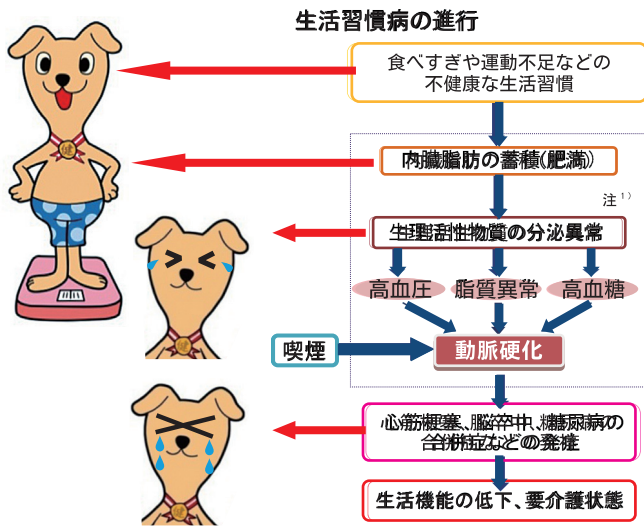
対象者

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¹) 生理活性物質とは・・・身体の動きを調整する役割をもつ物質



今、生活改善すれば間に合います！

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

よかった。これからは、がんばろう！

【特定保健指導】

動機付け支援… 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 5 年 5 月中に受診券を送付しますので、ぜひご活用ください。

節目年齢の人

昭和58年4月1日～昭和59年3月31日生
昭和48年4月1日～昭和49年3月31日生
昭和38年4月1日～昭和39年3月31日生
昭和28年4月1日～昭和29年3月31日生

後期高齢の人

昭和22年4月1日～昭和23年3月31日生
昭和17年4月1日～昭和18年3月31日生

多可町国保加入者のうち以下の人

昭和53年4月1日～昭和54年3月31日生
昭和43年4月1日～昭和44年3月31日生
昭和33年4月1日～昭和34年3月31日生

妊婦さん・パートナーの人※

母子健康手帳交付時に配布します。

※パートナーは住民票が多可町で、婚姻している場合に限る



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！

※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%**

※令和 3 年度