

さいなみ 保健センターだより

第83号

2024年10月発行
長野市犀南保健センター
長野市里島62番地
TEL 293-8080



今年の健診結果はいかがでしたか？

健診結果で血管や臓器の変化がわかります

篠ノ井地区ではどんな病気で介護が必要になっているのでしょうか。篠ノ井地区の要介護状態の原因の多くは心血管・脳血管疾患に関するものです。

介護保険 認定区分	1位	2位	3位
要介護3 歩行や排せつ、入浴、衣服の着脱などに、ほぼ全面的な介護が必要	心不全	脳血管疾患	認知症
要介護4 日常生活全般に動作能力が低下しており、介護なしでの生活は困難	心不全	脳血管疾患	認知症
要介護5 生活全般に介護が必要で、介護なしでは日常生活がほぼ不可能	脳血管疾患	心不全	認知症

(令和4年度 KDB システムより作成)

脳・心血管の状態は見えないので、健診データや年齢、体質、生活習慣でリスクを推測します。血管を傷めるリスクが減ると大切な脳や心臓の血管を守ることができ

～健診を受けた後は必ず結果を確認しましょう～

長野市国保特定健診、後期高齢者健診、30代の国保健診を受けた後は、10日ほどで血液検査の結果が出ますので、必ず医療機関で説明を受けてください。

その後、1～2か月後に郵送で結果が届きます。

また、健診結果について、市保健師・管理栄養士が訪問や電話等でご連絡をさせていただくことがあります。健診結果から身体で起きている変化を予測して、大切な臓器を守るためにできることを一緒に考えます。ご本人からの相談も受けております。

👉裏面に続きます

健康・食生活相談もご利用ください

10月	11月	12月	R7年1月
16日(水)	6日(水)	18日(水)	15日(水)



時 間：上記日程の9時から11時 ※予約制

内 容：健診結果や健康の維持、増進に関することや食事に関するご相談に
市保健師や管理栄養士が応じます。

申込み：犀南保健センター（293-8080）



胃がん検診のご案内

胃がん検診は同一年度内に、胃内視鏡検査か胃部X線検査の
どちらか一つを受診できます。胃内視鏡検査は2年に一度受診
でき、年度内の誕生日で偶数年齢になる人(50歳以上)が対象です。
胃内視鏡検査がお済みでない方は是非お受けください。

実施期間：令和7年1月31日(金)まで

申込期日：令和6年11月29日(金)まで

受 診 料：3,000円（無料になる方もいます）

申 込 み：検診受付センター ☎0120-223-969

または右の二次元コードから
お申し込み



受診料が無料になる方など、詳しくは「令和6年度 各種検診のご案内」
(5月に全戸配布)をご確認ください。