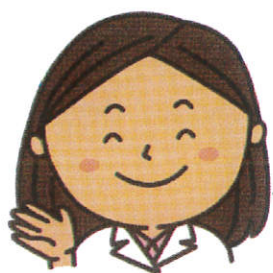


外来より



～よかドックのご案内～

毎年受けよう！よかドック



自覚症状がないうちから、健診を受けることが大切です。

糖尿病、高血圧症、脂質異常症などは、**自覚症状のないうちに進行し、脳卒中や心筋梗塞などの重い病気を引き起こします。**よかドックでは、これらの生活習慣病をチェックします。

元気だから大丈夫という方も、毎年の習慣として受診することが大切です。

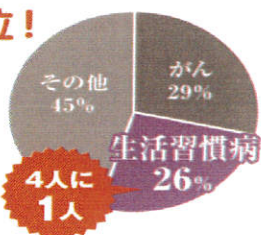
よかドック
とは？

よかドックとは、福岡市国民健康保険の特定健診、特定保健指導の愛称です。国民健康保険に加入している40～69歳の方は、糖尿病をはじめとした生活習慣病予防のための検査を1年度に1回自己負担額「500円」で受診できます。また、70歳から74歳の方は「無料」で受診できます。

生活習慣病は

日本人の**死因の第2位**！

平成25年厚生労働省人口動態調査より
食生活の偏りや飲酒、喫煙、睡眠不足などによって発症する「生活習慣病」。血管や細胞にダメージを蓄積させ、重病になる可能性があります。



▼血管を傷つける生活習慣病

肥満 脂質異常症 高血圧 糖尿病

血管が傷ついていき、放っておくと...

動脈硬化に！

痛みが全くないので気づかない！

ある日突然

脳卒中・心筋梗塞

認知症

糖尿病合併症
(失明・人工透析など)

要介護

30歳代の福岡市民の方は、「よかドック30(サーティ)」(職場等で健康診断を受ける機会がない人が対象)

75歳以上の方は「後期高齢者健康診査」という名称で健康診断を500円で受診できます。

年に1回、よかドックを受けて、体の状態をチェックして生活習慣を見直しましょう。

院長より

2月27日(土曜日)に「こどもたちのみらいのために」とのテーマで、「NPOチャイルドサポート きくち こども発育支援センターえるぴあ」代表の北村聡一郎先生を講師にお招きしてご講演いただきました。

主催者は、「福祉ルーム 未来原」の代表の二本木恵右さんで、私は座長という役割で協力をさせて頂きました。

聴講に参加してくださったお母さま方からは講演後も多くの質問があり、活発な議論をして頂きました。

これまで子どもの発達障害について疑問に感じていたことや、子どもへの接し方などの質問に対して、一つ一つ丁寧にしかも分かりやすく北村先生にお答えいただき、参加されたお母さま方にとっても大変有意義なものになったものと思います。

二本木さんには今後また北村先生にご講演いただく機会を設けていただき、発達障害児への理解を広めるお手伝いをさせていただければと思います。

案浦 康高