

宮崎市の現状と課題

宮崎市民よ、
もっと健康に気を配ろう!

宮崎市の
特定健診受診率

24.1%

平成27年度宮崎市国民健康保険被保険者のデータ
(宮崎県平均 34.3%、宮崎市と同規模の自治体の平均 35.9%)

県内最低~

どうしたらいいんだろう?



健診のことを
もっと知ってもらい、
受診率を
上げましょうね。

まずは宮崎市の現状から。
残念ながら健診の
受診率は県内最低。
「持病で通院しているから」
という理由で受けない人も
多いんです。でも、健診を
受けないとほかの病気が
見つかりません。

特定健診を受けましょう!

1 特定健診とは?

血液検査や尿検査などを行うことで、生活習慣病の予防と改善を図るものです。後期高齢者は、同様の検査の後期高齢者健診が受けられます。

対象者: 35歳以上の宮崎市国保加入者、後期高齢者

必要なもの: 平成29年度健康診査受診券、保険証

費用: 1,000円(後期高齢者は無料)

2 特定健診の受診方法

(1) 指定医療機関で受診
お近くの指定医療機関で都合の良い日に受診できます。

情報は
ココから



※通院中の人、通常の検査と併せて利用できます。
※人間ドックを受ける際にも、受診券を利用することで助成の対象となります。

(2) 集団健診で受診

保健所や公民館など、お近くの会場で各種がん検診と併せて受診できます。

宮崎市民の死亡原因

6割が生活習慣病



これらは自覚症状がないまま進行する怖い病気です。でも病気になる前に兆候が見つければ予防ができますね。ということには…。



次に市民の死亡原因。その6割は心臓病や脳卒中など生活習慣に起因するもの。

生活習慣病にかかる医療費

(平成28年度宮崎市国民健康保険被保険者 1カ月当たりのデータ)

健診受診者 **3,130円** ▶ 健診未受診者 **39,322円**



その通りです。この数字を見て。健診を受けないと重症化する恐れがあるし、医療費が10倍にもなります。

毎年の健康診断で

体の状態を確認することが重要です!



楽しみながら健康づくり

健診とマイレージで **健康**
カイゼンジャー!

市民のみなさん
健診受けてますか?
「またそんな話?」
なんて言わずに、
耳寄りな情報もあるので
見逃さないでくださいね。

われわれは、
みんなの健康を守る
健康戦隊カイゼンジャー!
今回は、健康づくりが
楽しみになる
取り組みを紹介するよ。
さあ、市民の健康を
カイゼンジャー!



保健師
まいさん



健康キャラクター
健康戦隊カイゼンジャー