

# ちょこっと気になる健康チェック！（生活習慣病改善相談）のご案内

ちょこっと気になる健康チェック！を受けてみませんか？  
『健診で指摘をされて気になっていた…』『生活改善に取り組んでるけど、値は良くなっているのかな？』という方にお勧めです。

また、頑張るけどなかなか良くならない…とお悩みの方もご相談ください。

**興味のある方は、ぜひお申込み下さい。**



## ■ 検査コース・料金 A～Eから1つコースをお選びください

<b>A：動脈硬化チェック</b> コース	（中性脂肪、LDL・HDLコレステロール、血糖、HbA1c、尿酸）	<b>3,060円</b>
<b>B：脂質チェック</b> コース	（中性脂肪、LDL・HDLコレステロール）	<b>1,450円</b>
<b>C：血糖チェック</b> コース	（血糖、HbA1c）	<b>2,460円</b>
<b>D：まずは相談</b> コース	（血液検査なし）	<b>510円</b>
<b>E：体力チェック</b> コース	（握力、上体起こし、長座位体前屈、開眼閉眼片足立ち、3分間歩行距離）	<b>320円</b>

**A～Eと一緒にオプションで他の検査も受ける事が出来ます。詳しくは裏面をご覧ください。**

■ **時間** 8:30 より受付開始（9:30までの受付です。）

■ **場所** 菊池養生園保健組合 菊池広域保健センター



## ■ 申し込み方法・当日のご案内について

- 1) 下記の申込書にご記入後、郵送かFAXにてお申し込みください。※電話での申し込みは受け付けておりません。
- 2) 検査2週間前に、検査当日のご案内と問診票をお送りします。
- 3) お申し込みは**検査日の3日前まで(必着)**とさせていただきます。ご了承ください。

----- 切り取り -----

### ちょこっと気になる健康チェック！申込書

フリガナ 氏名			生年月日	T・S・H	年	月	日		
住所	〒								
希望するコース、オプションを○で囲んでください。				裏面にある日程の中から希望日をお書きください。					
コース	A	B	C	D	E	希望日	第一希望日	月	日
オプション	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨
電話番号	携帯	-		-		自宅	-		-

## ■ オプション

※オプションのみのご利用は出来ません

① GOT、GPT、 $\gamma$ -GTP (肝機能検査)	460円
② 赤血球数、Hb、Hct (貧血検査)	220円
③ 内臓脂肪CT (内臓脂肪量の測定)	3,200円
④ 空腹時インスリン量 (糖尿病の検査)	1,540円
⑤ 経口糖負荷試験 (糖尿病の精密検査)	2,260円
⑥ 尿中微量アルブミン (腎臓の検査)	1,580円
⑦ 尿糖、尿たんぱく (尿検査)	260円
⑧ 心電図、診察 (心臓検査)	1,330円
⑨ 体力測定 (Eコースと同じ内容)	320円

### 経口糖負荷試験って？

糖分が入ったジュースを飲み、食前・60分後・120分後の血糖値を調べます。軽い糖代謝異常の有無を調べるのに最も優れた検査です。「まだ糖尿病とは言われてないし、大丈夫！」

「このくらい大したことないよね？」と自己判断しないで、糖が気になる方は検査をしてみましょう。

※検査終了まで2時間程度かかります。※ご希望の場合は、下記の注意事項をお読みください。

### ※経口糖負荷試験注意事項※

以下の方は、安全性の面から、検査をお受けになることが出来ません。

- ・胃を切除している
- ・健診時の空腹時血糖が $\geq 126\text{mg/dl}$
- ・糖尿病治療中、健診結果にて糖代謝異常の著しい場合

※健診時のHbA1cが $\geq 6.5\%$ 以上の場合、検査当日の検査結果によっては、お受け出来ない場合がございます。ご了承をお願いいたします。

## 日程表【平成27年4月～平成28年3月】

4月	8(水) ・ 24(金)	10月	8(木) ・ 20(火)
5月	14(木) ・ 26(火)	11月	12(木) ・ 25(水)
6月	11(木) ・ 23(火)	12月	10(木) ・ 16(水)
7月	9(木) ・ 21(火)	平成28年 1月	14(木)
8月	25(火)	平成28年 2月	9(火) ・ 23(火)
9月	10(木)	平成28年 3月	8(火) ・ 16(水)

### 【ご連絡・お問い合わせ】

菊池養生園保健組合 菊池広域保健センター

〒861-1201 熊本県菊池市泗水町吉富2193-1

TEL:0968-38-2820 FAX:0968-38-5899

月～金(土日祝日除く) 8:30～17:00(担当 藤山・中村)