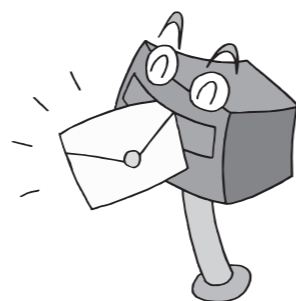


総合検診結果の送付

健康福祉課健康係【☎028 (677) 6042】

後期の検診結果の送付

総合検診後期の検診結果は、受診から約1カ月程度で出る予定ですが、多少の前後はありますのでご了承ください。また、加入保険によって返却方法に違いがありますので、注意してください。



特定健診結果の送付

芳賀町国民健康保険加入の人…

町から結果をお返しします。特定保健指導に該当（積極的支援・動機づけ支援）した場合は、説明会に参加していただきますので個別に通知します。該当しなかった場合は、郵送で結果をお返しします。

芳賀町国民健康保険以外の人…

健康保険組合から直接本人に郵送します。特定保健指導についても各所属の健康保険組合からの説明を受けてください。

特定健診以外の検診結果の送付

町から郵送で結果をお返しします。

がん検診などで、精密検査が必要になった場合は、町保健師が電話を入れたり、訪問することがあります。

生活機能評価検診で、機能低下があった場合も訪問します。

検診結果について相談（保健センターにて火・木曜日要予約）も行っていますので、事前に予約をしてからお越しください。

脳脊髄液減少症をご存じですか？

健康福祉課健康係【☎028 (677) 6042】

交通事故やスポーツ外傷など、体への強い衝撃を受けたことなどが原因で脊髄硬膜から脳脊髄液が漏れだし減少することによって、頭痛や首の痛み、めまい、吐き気、耳鳴りなどの様々な症状を引き起こす病気とされています。

交通事故やスポーツ外傷の後、頭痛やめまいなどの症状が見られる場合は、安静を保ちつつ、医療機関を受診することが大切です。

現在、この病気については、国の研究班により、統一的な診断基準や、有効な治療方法

の研究が行われている段階であり、診断・治療方法が確立されていないことから、診療を行うことができる医療機関に関する情報を得ることが困難な状況にあります。

栃木県では、このような状況を踏まえ、県内の医療機関の協力を得て、「脳脊髄液減少症」の診療に関する調査を行い、ホームページにて公表していますので、ご確認ください。

特定健診保健指導実践教室

エンジョイスリム教室に参加しませんか！

健康福祉課健康係【☎028 (677) 6042】

町では、エンジョイスリム教室という運動教室を週2回実施しています。初めて運動する人でも安心して行えます。これまでの参加者には「体重や体脂肪が減った」「ズボンやスカートがゆるくなった」などの効果が見られました。

継続して運動したい人、一人では始められなかった人はぜひ参加してください。適度な運動で筋肉を維持し、内臓脂肪を効率よく燃やしましょう！



昼・夜コース どちらでもお好きな方に参加できます

- コース／昼コース（木曜日10:00～11:30）…①
夜コース（水曜日19:20～20:50）…②
- 場 所／①農業者トレーニングセンター2階
②農業者トレーニングセンター体育ホール
- 講 師／神山裕子先生（トライビクスインストラクター）
- 持参物など／運動靴・バスタオル・水分補給用飲み物・運動ができる服装で
- 参加費／無料

参加者からの一言

～エンジョイスリム教室に参加して～

川又正直さん（祖母井）

総合検診で肥満と判定されていた私は、週1回エンジョイスリム教室に参加することにし、先生の元気な掛け声と軽快なリズムに合わせて楽しく運動しています。

1月には73.5kgあった体重も現在では68.5kgになり、膝、腰への負担も軽減し、軽さを実感しています。また、教室では町健康福祉課の職員さんが健康や食事、生活習慣病などについて適切にアドバイスしてくれるので、大変役立っています。

このように有意義な教室ですので、男性の皆さんもぜひ参加してみてください。



▲H22.1撮影



▲H22.9撮影