

# 特定健診を受けて、健康な生活に努めましょう！

特定健診は「メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した健診」です。糖尿病や高血圧などの生活習慣病は、放っておくと動脈硬化や心臓病、がんといった命に関わる病気を引き起こす可能性があります。

特定健診を受けて、自分の状態を確認してみましょう♪

あなたは特定健診を

○ 受ける

## 健康チェック

- バランスのとれた食事
- 適度な運動
- 十分な休養・睡眠



健診結果に合わせた保健指導を受けられる。



健康で  
楽しい生活!



× 受けない

## 悪い生活習慣の継続

暴飲暴食 運動不足 喫煙  
不規則な生活習慣



自覚症状のない生活習慣病が、じわじわと進行…

高血圧  
糖尿病  
脂質異常症  
不整脈など



腎不全  
脳卒中 心筋梗塞

要介護状態の原因や命にかかわる病気に!



すでに、治療のために定期的な検査を受けている方へお知らせです。

生活習慣病等で治療中の方も特定健診の対象者となっています。「治療中だからの健診は受けない、受ける必要がない」という方は、医療機関からの治療情報の提出(情報提供事業)にご協力ください。

追加検査費用  
**無料**



〒890-0064 鹿児島市鴨池新町5番8号

鴨池生協クリニック

TEL: 099-252-1321