



後期高齢者健診は
受診しましたか？

75歳以上の皆さん、健診を毎年
受けていますか？

健診を定期的に受診してきた人、
仕事を辞めてから受診してこない
人、受診したことがない人など、状況
はさまざまだと思います。

75歳からは、後期高齢者健診を受
診することができます。この健診で
は、いまの身体の状態を知り、フレイ
ルの危険性などを確かめることがで
きます。毎日を元気に過ごすために、
年1回は健診を受けましょう。

フレイルとは？

「フレイル」は日本語で「虚弱」を意
味し、「加齢により心や身体の状態が
弱っている状態」をいいます。たとえ
ば、最近、食欲がない、疲れやすい、食
べ物が噛みにくくてむせる、気持ち

が落ち込む、人付き合いが減ったな
どのお悩みはありませんか。自覚症
状がない場合や、症状があっても気
にならない場合は気づきにくく、
放っておくと介護が必要な状態にな
る可能性があります。「もう年齢を重
ねているから遅い」と思いかもしれ
ません。しかし、早めに気づけば、健

康な状態に戻ることもあるといわ
れています。
かかりつけ医で治療を受けてい
る人も、元気な人も、元気を長く続
けるために、後期高齢者健診を受け
てみませんか？

元気づくり課 保健師

もっと受診率をアップしたい

本市では、集団・個別の後期高齢者健診を行っています。県が掲げる受診率目標19%に対して、本市の受診率は13%と75歳以上の高齢者人口全体11,691人に対して1,520人しか受診できていないのが現状です。

自分の身体の状態を確かめて、フレイルの危険性に早く気づくためにも、自宅に届いた受診票で、令和7年3月までに受診しましょう。

対象者 令和7年3月31日時点で75歳以上の後期高齢者医療保険加入者
※生活保護を受けている人は、一般健診を受診してください。

内容 問診、診察、身長・体重、血圧、脂質(コレステロール・中性脂肪)、
糖(空腹時血糖・HbA1c・尿糖)、肝機能、腎機能、栄養・貧血

持ち物 受診票、健康保険証(またはマイナンバーカード)、自己負担金500円
※受診票をなくした人は、再発行が必要です。福岡県後期高齢者医療広域連合
☎(651)3111へ問い合わせてください。

集団健診の場合

予約センター ☎0120(992)663へ電話してください。

会 場	けんしん日	申込締切
いきいき情報センター (五条3-1-1)	2月19日(火)	1月23日(木)
とびうめアリーナ (向佐野21-2)	12月16日(月)	11月19日(火)

締切間近

個別医療機関の場合

受診したい医療機関へ直接問い合わせてください。ホームページに
受診できる医療機関の一覧を掲載しています。

※詳しくは、広報だざいふ令和6年5月号折り込み「75歳以上の健康診査のご案内」や、
本市ホームページ(ページID:28268)を確認してください。

「こんにちは保健師です」 の連載は、最終回

今月号で「こんにちは保健師です」の
連載が終わります。これまで、元気づ
くり課、子育て支援課、高齢者支援課、福
祉課の保健師が、健康や子育て、福祉
に関する情報を掲載してきました。これ
までの記事の内容が、皆さんの生活の
一助となれば幸いです。今後は、市ホ
ームページやSNSなどで、皆さんに情報
を届けます。長い間、愛読をありがと
うございました。

11月の相談	日時	問い合わせ	
すこやか相談(健康栄養相談)	8日(金) 9:30~12:00 28日(木) 13:30~16:00	元気づくり課 ☎(928)2000	要予約
高齢者のためのすこやか相談 (健康・口腔・栄養)	8日(金) 9:00~11:30	高齢者支援課 ☎(929)3210	