



代々木病院健診課のみなさん

渋谷区民健診を受けましょう

生活習慣病の予防と対策

～病気の発症を防ぎ、医療費の適正化へ～

特定健康診査(特定健診)は平成20年4月から、

40歳から74歳までの人を対象に生活習慣の予防を目的としてメタボリックシンドローム(※1)に該当する人やその予備軍を減少させるためにスタートしました。通常の健康診断は、主に病気の発見を目的としたものですが、特定健診はメタボリックシンドロームのリスクを早期に発見し、生活習慣の改善を促すことで、生活習慣病の発症や重症化を予防し、対策を行えば病気の発症を防ぎ、医療費の適正化も図れると言われています。

渋谷区特定健診の自己負担はありません(無料)です。同一年度内に1回健診を行います。年度とは4月1日～翌年3月31日までの期間をいいます。渋谷区国民健康保険加入者のうち、令和8年度(令和9(2027)年3月31日まで)に40歳～74歳の方、令和8年4月1日から引き続き渋谷区の国民健康保険に加入している方が対象となります。特定健診の受診券は、お誕生月の期間ごとに、5月中旬(4月～7月生まれ)・8月上旬(8月～11月生まれ)・11月上旬(12月～3月生まれ)までに、対象者の方に個別に送付されます。「特定健診」の内容は、①問診・診察②身体計測(身長、体重、腹囲、BMI値)③血圧測定④血液検査(脂質、肝機能、血糖)⑤尿検査です。①胸部X線②眼底検査③心電図の健診については医師の判断により行います。

また、後期高齢者医療制度に加入している方にも「健康診査」を行うっております。健診料金は無料です。実施時期に保健所から受診券が送られてきます。お誕生月によって、受けられる時期が異なりますので、よくご確認ください。お忘れのないようにお願いたします。

「健康診査」の内容も特定健診とはほぼ同様で、①問診・診察②身体計測(身長、体重、腹囲)※



2、BMI値)③血圧測定④血液検査(脂質、肝機能、血糖、貧血検査など)⑤尿検査です。①胸部X線②眼底検査③心電図の健診については医師の判断により行います。

渋谷区特定健診・後期高齢者医療健康診査等実施医療機関に代々木病院健診課一同、ご予約をお待ちしております。



代々木歯科コーナー

連載



所長退任のあいさつ

その142 歯科医師 山内真人

日頃より皆様のご支援を賜り、心より御礼申し上げます。山内が役職に就任した頃の代々木歯科は多額の累積赤字があり、閉院の危機でした。それから、手前勝手な医療から脱却し、専門家から見てもよい医療と言われるように改革を進めました。コロナ禍など多くの危機を乗り越えて、職員の団結から経営は黒字化し、過去最大の収益も達成しました。ポロポロになっていた診療台も更新できました。そして、多数の学術報告を行い、そこから学会より表彰され、役員への登用などにつながりました。加えて、大学院に通い博士号の取得、書籍や論文の執筆、ケアマネージャの取得など研鑽(けんさん)にも努めてきました。

代々木歯科 所長の任に就いてから10年... 山内は変わらず歯科医師として外来にいます。役職を退任するだけです。

サプリメントに頼らない生活



薬剤師 藤竿伊知郎 (元外苑企画商事)

(130) ビタミンDサプリ、子どもには危険です... 男児に、自分が飲んでいないビタミンDサプリを約半年間飲ませ続けた結果、入院治療が必要になりました。「吐き気・嘔吐」「夜に眠れない・何度も目が覚める」「38度未満の微熱」「食欲低下・口の渇き」が続いたため受診した結果、血液中のカルシウム濃度が正常値の1・6倍に上昇していました。退院後も歩行時のふらつきや、階段で手すりが必要など、どの筋力低下が残りました。入院は25日間、費用は152万円に上りました。



渋谷社会保障推進協議会主催

なんでも相談会

開催!! 無料

生活、法律、医療・介護、労働税金などお困りごとについて

相談をしませんか?

※当日は生活支援の一環で、小規模の食料の無料配布を行います。相談がなくても、遠慮なくお越し下さい。

2026年5月9日(土)

開催時間 13:00~15:00
開催場所 東京土建 渋谷支部会館
渋谷区幡ヶ谷 2-18-6(幡ヶ谷駅から徒歩約5分)

◆問い合わせ先: 代々木病院 Tel 03-5411-9502 担当: 嘉瀬