

特定健診を受けましょう

生活習慣病は進行するまで自覚症状がなく、放置し続けると重大な合併症を引き起こします。早期発見の方法は、健診などの検査しかありません。年1回の健診を受けて、自分の健康管理に役立ててください。

健診は
お済みですか？

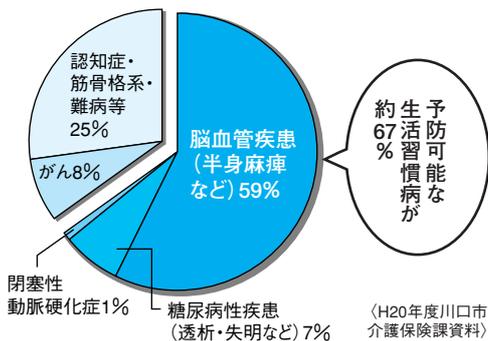


国保では特定健康診査(特定健診)を平成22年2月28日まで実施しています。受ける場合は受診券が必要です。該当するか(川口市国保加入の40〜74歳)で受診券がお手元にかたはご連絡ください。

*国保以外のかたは、ご加入の各医療保険者に問い合わせください。

生活習慣を見直し 健康寿命を伸ばしましょう

《65歳未満で介護が必要になった原因》



メタボ人口を減らそう

増え続ける医療費の多くを占めるのは生活習慣病です。

川口市では、平成27年度までに、生活習慣病の危険因子であるメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の該当および予備群のかたを、平成20年度比で25%減少させることを目標としています。健診を受け、メタボ人口を減らしましょう。

特定保健指導

(生活習慣の見直し支援)

特定健診の結果、メタボの該当および予備群のかたには、特定保健指導(生活習慣の見直しの支援)をご案内しています。内臓脂肪がたまりすぎると動脈硬化が進み、脳卒中・心筋梗塞・狭心症などにつながりやすくなります。生活習慣病予防のため、健康づくりのため、ぜひご利用ください。

※川口市国民健康保険の資格を喪失したかたは、川口市が実施する特定健診・人間ドックを受診できませんのでご注意ください。

※健診はインフルエンザなどの流行状況に注意して受診ください。

問い合わせ：国民健康保険課 保険係

☎(258) 11110

川口緑化センター・樹里安 情報

～育てる園芸 楽しむ園芸～

緑花ガイド

初心者のかたもよくわかる園芸ガイド
緑化・園芸を楽しみたいかた必見

B5判 163ページ

一冊 700円 (税込み)

安行の観光
スポット付き

緑化センターで好評発売中!

内容

「植物の基礎」

植樹の基礎知識、草花・花木の開花と植え付け時期、土と肥料について、ベランダ園芸、家庭菜園などについてテーマごとに解説。

「庭木・花木」

コニファーやブルーベリーなど身近な庭木・花木の解説、植え付けや剪定方法などを分かりやすく解説。

「球根・宿根草」、「1・2年草」についての解説。

「植木の里安行」の観光スポットを掲載するなど 情報満載!

地元川口産「樹里安」アイス



地元川口産の原材料「安行寒桜・柚子・山椒」を使用。川口独自の地産商品として作られた3種類のアイスクリーム。

各 250円 (税込み)

・・・川口市観光協会推奨品・・・

問い合わせ(販売先)・・・川口緑化センター 〒334-0058 川口市安行領家844-2 ☎296-4021