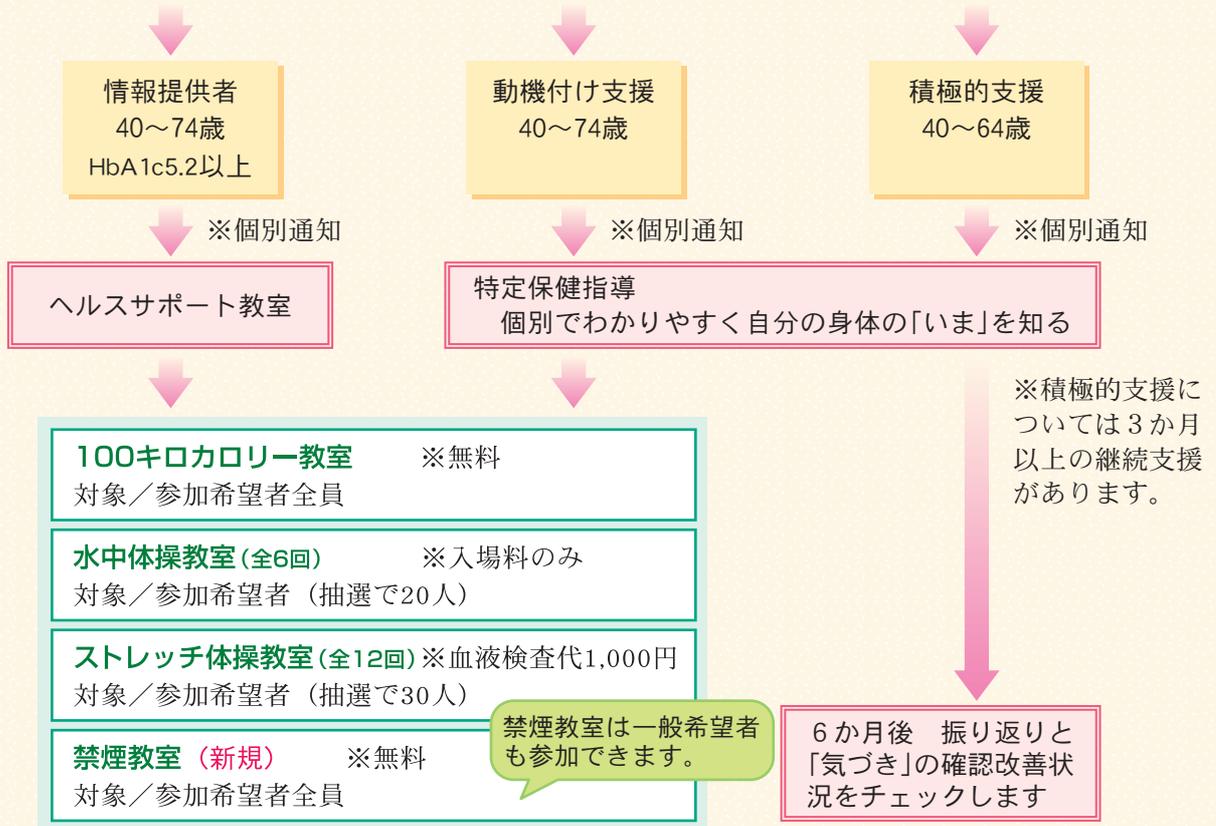


平成23年度城里町国民健康保険 健康づくりの流れ

特定健康診査・特定保健指導も4年目を迎えました。平成23年度は次のような流れで進めてまいります。みなさまのご参加とご協力をお願いいたします。

特定健康診査 (国保加入者40~74歳)



各教室の参加希望はヘルスサポート教室・特定保健指導時に受付けます。

特定保健指導レベルの判定について

腹囲が男性85cm・女性90cm以上またはBMI25以上で、リスク①**血圧に異常**、②**脂質に異常**、③**血糖に異常**、④**喫煙歴がある**のうち、リスクが出現しはじめた段階の人は「動機付け支援」、リスクが重なり出した人は「積極的支援」、それ以外の方は「情報提供」のみとなります。



100キロカロリー教室

ストレッチ体操教室



水中体操教室

問合せ 保険課 ☎029 - 288 - 3111 (内線372)