

令和7年3月定期健康診断及び特定健診・生活習慣病健診、婦人科健診のご案内

健康診断で早期発見・早期治療・身体状態の把握を！！



町田商工会議所では、下記の日程で定期健康診断及び特定健診・生活習慣病健診を実施いたします。日頃忙しく働かれる事業主や従業員の方々の健康管理にお役立て下さい。

継続的な健康チェックは、病気の早期発見・予防につながります。また、この健診は労働安全衛生規則に基づく定期健康診断、特定健診(メタボリックシンドローム・内臓脂肪症候群)に対応できますので、職場(健保組合)の健康管理にも最適です。

※なお、婦人科健診(3/14・3/19)も実施いたします。従業員の方だけでなく、ご家族の方も、是非この機会に受診されますようご案内申し上げます。



締切日は、1月20日(月)です。

申込は先着順となりますので、お早目にお申込下さい。

◆日程・会場◆(定員各70名)

※各日程で最小催行人数に満たない、または諸般の事情により会場が使用できなくなった場合には日程を変更していただく可能性がございます。

※申込順に受付いたしますが、3/14・3/19は婦人科健診実施日のため、女性優先となる場合がございます。

日程	会場	受付時間	アクセス/駐車場
3月12日(水)	忠生市民センター ホール (忠生3-14-2) ※受付時間にご注意ください	待合スペースでの混雑を避けるため、受診者の受付時間を指定して実施いたします。 問診票に記載される受付時間をご確認のうえ分散してのご来場にご協力ください。 ※受付時間は9:00から11:30 (忠生市民センターは9:30から11:30)までの間で委託先にて指定いたします。 ※受付時間のご希望は承れません。 ※問診票は受診日の一週間前までに、事業所宛に郵送されます。	●バス: 町田バスセンター 14番乗り場「野津田車庫」 行き他「根岸」下車徒歩2分 ●公共交通機関をご利用下さい。
3月13日(木)	町田市立総合体育館 (南成瀬5-12)		●JR横浜線「成瀬駅」 北口から徒歩約9分 ●有料駐車場あり
3月14日(金) ※婦人科健診あり			
3月18日(火)	町田商工会議所会館 (原町田3-3-22)		●JR町田駅徒歩5分 ●駐車場はございません。
3月19日(水) ※婦人科健診あり			

◆申込方法◆ ①裏面の申込書に必要事項を記入の上、**1月20日(月)までに町田商工会議所へお申込下さい。**書ききれない場合は、同じ書式でご記入の上お送り下さい。

②予定日の1週間前頃までに宅配便にて問診票と検査容器などの『受診セット』を送付いたしますので、当日必ずお持ち下さい。

なお、受診日から5日前までに受診セットが届かない場合は町田商工会議所までご連絡下さい。

③代金は当日、受付にて現金でお支払下さい。

◆お願い◆ 各センターの駐車場に限られるため、公共交通機関の利用や乗り合わせでのご来所をお願いいたします。有料駐車場の駐車料金はご自身で清算をお願いいたします。

お申込後、やむを得ず変更、キャンセルする場合はお電話またはFAXにてご連絡下さい。

★血液検査を受けましょう！

血液検査では、肝機能検査・血中脂質検査・HDLコレステロール・貧血検査・糖尿病検査を行います。中でも、肝機能検査と血中脂質検査は日頃の食生活や生活習慣による病気の早期発見につながります。

【食事はかたよってませんか?】・・・血中脂質検査



コレステロールや中性脂肪などの脂質が、血液の中に非常に多くなった状態を高脂血症といいます。一般的に、太っている人に多く、脳梗塞や心筋梗塞などの原因となる動脈硬化を起こしやすくなります。

～高脂血症を防ぐためには～

- ・偏食をしないでバランスのよい食事をする。
- ・適度な運動を心がける。
- ・魚を多めに、コレステロールの多い食品をひかえる。
- ・タバコはできるだけひかえ、お酒はほどほどに。

【お酒の量は大丈夫ですか?】・・・肝機能検査

適量のお酒を飲むのは、疲労回復や健康増進に良いでしょう。しかし、限度以上のアルコール処理能力は、年齢とともに低下します。

肝臓は「沈黙の臓器」ともいわれ、健康な時は余裕を持って働いていますが、病気になっても、機能が80%以上も低下するまで自覚症状が現れません。それだけに、病気の早期発見のためには定期健診が大切です。



血液検査は、Aコース(一部)・Bコースに含まれています。

◆お支払方法◆

健診当日、受付にてお支払。または後日、請求書にてお支払下さい。

◆お問い合わせ・お申込み先◆

主催: 町田商工会議所 担当: 会員サービス課
〒194-0013 東京都町田市原町田3-3-22
TEL: 042-722-3594 FAX: 042-729-2747

◆委託健診機関◆

(一財)神奈川県労働衛生福祉協会
大和市大和東3-10-18
TEL: 046-262-8155

