

ぜろ じ 0 次健診が始まります！

0 次予防ってなに？

血液などから DNA (= 遺伝子) を調べることで、生まれ持った自分の体質を知り、それにあった病気の予防や生活習慣の改善を行うことを言います。

0 次健診ってなに？

市民の皆さんの健康づくりと 0 次予防の研究のために行う健診です。

通常的生活習慣病健診と、京都大学が提供する**健康づくりに役立つ検査項目**を組み合わせています。提供いただいた血液やアンケート結果などは研究に提供されます。

■健康づくりに役立つ検査項目例■

ないぞうしぼう

内臓脂肪測定

おなかの周りにある脂肪を測ります。肥満の状態が詳しくわかります。

こきゅうきのう

呼吸機能測定

呼吸の状態を調べ、肺気腫など肺の病気の発見に役立ちます。

だいどうみやくはそくど

大動脈波速度測定

血管の硬さを調べます。推定血管年齢がわかります。

歯科診察

歯科医師が診察し、むし歯や歯周病をはじめとする口腔の病気を調べます。

健康と生活習慣に関する調査票

ふだんの睡眠や体の動かし方、飲酒、喫煙、ストレス、これまでの病歴、食生活などに関するアンケートに答えていただきます。食生活の注意点などがわかります。

■対 象■

- ・長浜市内に居住する 30 歳以上のおおむね健康（日常生活を自力で行うことができる人、定期的な通院や服薬をしていても参加可能）な市民
- ・今年度市の生活習慣病健診を受けていない人
（今年受けてしまった人は、来年度以降に受診する機会があります。）

■対象人数■今年は 300 人限定です。

■費用■今年度は、無料です。ただし、意見交換やアンケート調査などにご協力いただきます。



■受け方■

① 説明会の予約（必須）

長浜市健康推進課（TEL 65-7779）に電話で申し込んでください。

【申込み内容】

- ・希望する説明会の日にち
- ・氏名、住所、電話番号

② 説明会に参加（必須）

日にち	会場	時間
7月18日（水）	浅井支所	午後7時30分～9時
7月19日（木）	びわ保健センター	
7月24日（火）	六角館	
7月25日（水）	六角館	

【説明内容】

- ・研究の目的、方法、個人情報保護の方法などの説明
- ・0次健診の内容説明
- ・0次健診の予約
- ・調査票、説明書、同意書配布



③ 0次健診の予約

説明会会場で0次健診の予約をとります。

④ 0次健診を受診

0次健診の日程



日にち	会場	時間
8月23日（木）	サンパレス	1日
8月27日（月）	浅井支所	
9月1日（土）	長浜市保健センター	午後
9月2日（日）	長浜市保健センター	午前
9月13日（木）	浅井支所	午後
9月15日（土）	びわ保健センター	午後
9月21日（金）	六角館	午前
9月22日（土）	浅井支所	午前

■結果■

○結果説明会でお返しします。

京都大学の医師による健康講演を行います。

お返しする結果

- ・生活習慣病健診の結果
- ・追加検査の結果
- ・調査票による栄養調査結果・アドバイス

※遺伝子解析した結果は、これから研究を進めていくものですので、お返ししません。

○0次健診を受けて、アンケートや意見交換にご協力いただきます。

■お問い合わせ先■ 長浜市健康推進課 電話65-7779 FAX64-1437