STEP 2

年に1度は健診を受けて体の状態をチェック!

生活習慣だけではなく、年齢と共に自然と体の状態も変わってきます。
必ず毎年受診して、体の変化を確認することが重要です。
健診結果をデジタル健康手帳に取り込めば、将来の病気のリスクなどがどう変化したかも確認できます。

▼▼▼▼ 健診方法は2通りから選べます ▼▼▼▼

バスで受ける

集団健診(健康診査・がん検診)

健康保険課 健康増進係に電話か窓口で申し込みください。

詳細

土・日もMirairoで実施しています!
詳しくはお問い合わせください。

▼10月の実施日・会場

7日(水)	Mirairo	22日(木)	Mirairo
8日(木)		23日(金)	
14日(水)		24日(土)	
16日(金)	みどり蒼生館	25日(日)	
17日(土)	Mirairo	26日(月)	
18日(日)		28日(水)	
19日(月)		29日(木)	
20日(火)	小岱工芸館		

医療機関で受ける

個別健診(健康診査のみ)

各医療機関に申し込んでください。
大牟田市内の病院でも受診できます。

詳細

受診できる医療機関など詳細はこちら▶

※受診券が必要です。持っていない場合は、健康保険課 健康増進係へご連絡ください。

健診の申し込み・わからないことはこちら
問 健康保険課 健康増進係(Mirairo内)
☎63-1133

\ 受診のメリット /

市からの補助があるため、
がん検診であれば**最大9割引**で検診が受けられる!

健診にかかる時間は **約60分!**
※集団健診でがん検診と一緒に受ける場合は半日程度

特典① 受診料 **500円!**(通常の約94%割引)

特典② 最高**1万円**のクオカードが当たる!

特典③ 将来の疾病リスクがわかる! **生活習慣改善アドバイスシート**を進呈!

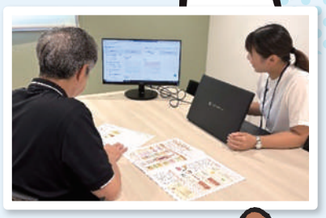
STEP 3

保健指導を上手に利用しよう!

健診結果から、健康づくりのサポートが必要な人には、保健師などの専門職が日頃の生活状況などを聞きながら、あなたに合った無理のない生活習慣改善策を提案します。
市の保健指導では、**健診結果予測シミュレーション**や**フォーネスビジュアス検査**なども活用し、先進的な取り組みとして全国から注目されています。

健診結果予測シミュレーション

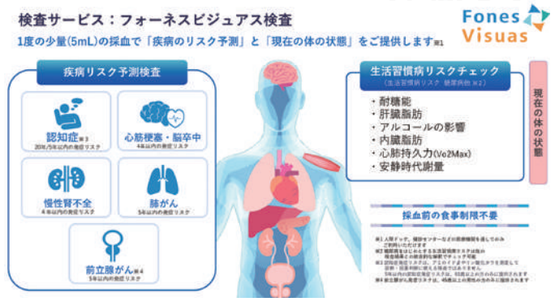
生活習慣病に加え、脳梗塞や心筋梗塞、肝硬変など全18種類の疾患リスクを予測。AIがおすすめの生活習慣改善策を提案し、どのような改善を行うとどのくらい検査数値が変化するかというシミュレーションもできるため、より効率的で無理のない方法を選ぶことができます。



フォーネスビジュアス検査

将来のリスクを生活改善につなげる

少量の血液から、認知症や脳卒中など、生活習慣と関連深い疾病の将来のリスクを算出します。耐糖能※など現在の体の働きも知れ、検査結果を基にコンシェルジュが無理なく取り組める生活の改善目標を一緒に考えます。
年齢と共に疾患リスクは高まりますが、本市では将来の発症リスク値が低減した例も見られています。この事例を、国際的な評価方法も取り入れながら、熊本大学と連携して解析し、市民の皆さんの健康づくりに役立てています。



※耐糖能：血糖値を調整する力

満足度 98%
令和7年度アンケートより

健診・保健指導に関すること
問 健康保険課 健康増進係　☎63-1133

事業全般に関すること
問 健康保険課 国保年金係　☎63-1327

7/21 企業版ふるさと納税寄附金贈呈式を開催

愛知県名古屋市に本社を置く（株）アイネックより、企業版ふるさと納税の寄附がありました。同社を代表して小田九州営業部長が「カーボンニュートラルに関する取組支援をする企業として、民間の力で荒尾市を支援したいと考え、寄附をさせていただいた」と話すと、浅田市長は「本市は脱炭素に向けた取組に力を入れている。今後のまちづくりに大切に使わせていただきたい」と感謝状を贈りました。

寿 100歳おめでとうございます！

中ノ森 登美子さん（松葉区）

7月22日に100歳の誕生日を迎えました。福岡県三潴郡大木町にて9人兄弟の2番目に生まれ、炭坑に勤める夫と結婚し、子ども4人・孫8人・ひ孫13人・玄孫が3人います。カラオケ・詩吟・和裁・造花が趣味で、この日の洋服も自分で縫ったものです。好き嫌いなく何でも食べ、趣味を楽しむことが長寿の秘訣。テレビの相撲観戦が好きで、義ノ富士を応援しています。家族で北海道や四国などに旅行したことが思い出です。

寿 100歳おめでとうございます！

竹下 ヤス子さん（桜山町二丁目）

7月18日に100歳を迎えました。旧菊水町にて、6人兄弟の末っ子に生まれ、上熊本の日本ゴムに勤めました。戦争中は勤務先でアメリカの爆撃に遭ったそうです。炭坑に勤める夫と結婚し、子ども2人・孫5人・ひ孫が5人います。趣味はナンプレと短歌で、特に短歌は表彰されるほどの実力です。好きな食べ物は甘いもので、長寿の秘訣は「のんびり気にしないこと」。家族で玉名温泉や熊本市に旅行したことが思い出です。

寿 100歳おめでとうございます！

日元 トメ子さん（牛水上）

8月10日に100歳の誕生日を迎えました。菊池市にて8人兄弟の末っ子に生まれ、上小路で日元製材所を経営する夫と結婚し、子ども3人・孫が5人います。手編みが趣味で、座布団カバーやカーディガンを作っていました。好き嫌いなく何でも食べ、くよくよしないことが長寿の秘訣です。孫が生まれたことや、家族で山口県岩国市に旅行したことが思い出です。

寿 100歳おめでとうございます！

猿渡 マサ子さん（田倉区）

8月4日に100歳を迎えました。田倉にて7人兄弟の2番目に生まれ、炭坑に勤める夫と結婚し、子ども5人・孫8人・ひ孫は四つ子を含めて16人います。若い頃は、農業と弟の工場の手伝いをしていました。趣味はバイク旅。甘いものが好物で、テレビの相撲観戦が好きです。長寿の秘訣は、前向きで明るく、くよくよしないこと。家族と四国八十八ヶ所を巡る旅行をしたことが思い出です。

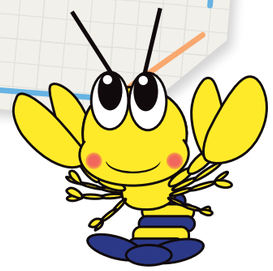
9/9 （株）カーブスジャパンと連携し第2回健康づくりイベントを開催

今回は子育て中の人を対象に、握力や片足立ちなどの健康測定会と、体の不調をやわらげるためのミニ講話や簡単な運動を体験するプログラムを実施し、16人が参加しました。参加者からは「楽しくリフレッシュできた」「肩こり解消のストレッチを習えて良かった」「身体が温まった」との声がありました。今後も同社と連携して市民の健康づくりを支援し、健康意識の向上と市民サービスの充実に取り組みます。

8/1 あらお観光大使 関島秀樹さんコンサートを開催

あらお観光大使の関島 秀樹さんによるコンサートをみらいろホールで開催しました。会場は多くの来場者で埋め尽くされ、関島さんの力強く温かい歌声に、会場は大盛り上がり。故郷への愛があふれるステージに、来場者からは大きな拍手が送られました。コンサート終了後には、令和8年熊本地震被災地支援のための募金活動も実施し、多くの皆さんから温かいご支援をいただきました。

まちの話題

Arao City News

荒尾市の気になる話題をお届け！