



この健診は、市民の長寿延伸を目的に市と弘前大学が実施するもので、おおむね 65 歳以上 80 歳までの市民を対象に、全身のチェックを行います。

いつまでも元気でいきいきと暮らすには、“あたらないこと（脳卒中にならない）”、“動けること（ロコモにならない）”、“もの忘れるがひどくならないこと（認知症にならない）”が大切です。そのためには、定期的に体のチェックをすることが重要ですが、チェックした内容を理解することも大切です。今回の健診では、健診内容をできるだけ簡単にわかりやすく説明します。

また、この健診では、後日、市内の病院で頭部の MRI 検査を無料で行います。いつまでもいきいきと暮らすために、ぜひ「いきいき健診」を受診しましょう。

なお、約 10 年間、隔年で体のチェックを行いますが、途中参加は基本的にできません。募集は平成 28 年度、29 年度の 2 年間のみの予定ですので、早めの申し込みをお願いします。

▽**募集期間** 3月 15 日～4月 22 日（必着）

▽**定員**（平成 28 年度実施分） 1,500 人（先着順）

▽**実施期間** 6月 7 日～13 日

※受付時間は午前 7 時～9 時

▽**実施場所** 中央公民館岩木館および岩木文化センターあそべーる（賀田 1 丁目）

※会場までの移動については、市の借上バスを運行する予定ですが、自家用車で来られる人は、各自での移動をお願いします（バス乗車場所は各小学校区に 1 力所程度を予定）。

▽**対象者** 下記の要件をすべて満たすおおむね 65 歳以上 80 歳までの市民

①昭和 11 年 1 月 1 日～昭和 26 年 12 月 31 日生まれの人

②平成 28 年度の受診後、隔年で実施する健診を受診することに同意できる人（健診初年度を含め、約 10 年間の健康調査〈隔年実施〉を予定）

※介助が必要な人を除きます。また、平成 28 年度岩木健康増進プロジェクト健診と、いきいき健診との重複受診はできません。

▽**健診内容** 血圧・動脈硬化度測定、体力・運動能力測定、認知機能検査、聞き取り調査（既往歴、喫煙状況、飲酒状況、運動習慣等）ほか、画像診断（頭部 MRI 検査）

※所要時間は 2～3 時間程度。なお、頭部 MRI 検査は、受診日とは別の日に市内の病院で実施します。

▽**受診料** 無料（ただし、頭部 MRI 検査の病院への移動費用は各自負担）

▽**申し込み方法** 住所、氏名（フリガナ）、性別、生年月日、電話番号、受診希望日（①平日のみ希望、②土日のみ希望、③平日・土日どちらでも可）、会場までの移動手段を記入の上、はがき、ファックス、E メールまたは持参で申し込みをしてください。なお、申込用紙は福祉政策課、健康づくり推進課、市役所総合案内所、ヒロコ健康広場、岩木・相馬総合支所、各出張所に備えています。受診日については、後日お知らせします（5 月下旬予定）。

※この健診に関する予算については、平成 28 年第 1 回市議会定例会で審議され、その可決をもって健診を実施します。

■**問い合わせ・申し込み先** 健康づくり推進課（〒 036・8711、野田 2 丁目 7 の 1、☎ 37・3750、ファックス 37・7749、E メール kenkou@city.hirosaki.lg.jp）／健診内容について…弘前大学大学院医学研究科社会医学講座（☎ 39・5041）