

# あなたも 健康友の会に

## 参加しませんか？

健康友の会は、「平和で安心して住み続けられるまちづくり」を目指して、医療や福祉・介護の事業所とともに医療、福祉、暮らしをまもる運動を担い、地域の中でかけがえのない存在になっています。また、医療とともに考え、経営をまもり、医師を始めとした職員の成長にも大きな力を発揮しています。

入会金  
1000円

年会費は頂きません

ありあけ健康友の会会員数  
12,876世帯

大牟田市内に限れば市内の  
13%が会員さんです！

各種助成金制度や検診を利用して、健康で地域で楽しく暮らせるカラダづくりを！

### お得な特典

- ・特定健診など各種健診料金の自己負担分の助成を行っています。
- ・季節性インフルエンザ及び肺炎球菌ワクチン接種料金を500円助成します。（親仁会で接種）
- ・会報「友の会だより」が定期的に届きます。

などなど

詳しくはお問い合わせください

### 加入した方の声

「定年後になにか地域で活動したいと考え、思い切って参加を始めたらお友達も増え毎日が楽しい！」

「断水という初めての経験を友の会の会員同士で声を掛け合いながら乗り切った」

「大腸がん検診を助成金のおかげで毎年無料で病院に行くこともなく受けられるのが助かる」

この会の目的に賛同してくださる方は  
どなたでもお気軽に会員になることができます。

## 特定健診（特定健康診査）とは？

従来の健康診断は生活習慣病やがん等の早期発見・早期治療等を重視しての実施でしたが、平成20年4月からはメタボリックシンドローム※（内臓脂肪症候群）該当者及び予備群を減少させることを目的として40歳から74歳の方を対象に実施されています。そのため特定健診終了後にはメタボリックシンドローム該当者と予備群の方に対しては特定保健指導（積極的支援、動機付け支援）を行います。

※ メタボリックシンドロームとは、内臓脂肪の蓄積により、高血糖、脂質異常症（高中性脂肪または低HDLコレステロール血症）、高血圧などの動脈硬化の危険因子が集積している状態をいいます。

## 肺炎球菌ワクチン

65歳以上になると、加齢とともに免疫をつかさどる細胞の数が減少し、免疫力が低下するため、どんなに元気でも肺炎球菌による感染症にかかるリスクが高くなります。また、糖尿病、心疾患、呼吸器疾患、腎不全などの慢性疾患をお持ちの方や、病気の治療中で免疫力が低下している方、たばこを吸っている方は、健康な方よりもさらにかかりやすく、また重症化しやすいため、65歳を過ぎた方には肺炎球菌ワクチンによる予防が勧められています。

## 友の会だよりの中身は・・・

各友の会の活動内容の報告、健康チェックや各種催し物のお知らせ、提携している親仁会の医療・介護活動報告などなど・・・  
友の会だよりには為になる記事や楽しいお話がいっぱい！  
奇数月に発行され、あなたのお宅に届きます