

健診は生活習慣を見直すチャンス

ヘモグリンA1c
HbA1cは、
過去 1～2 か月の平均的な血糖
の状態をあらわしています。

ご自分の血糖の値を知っていますか？

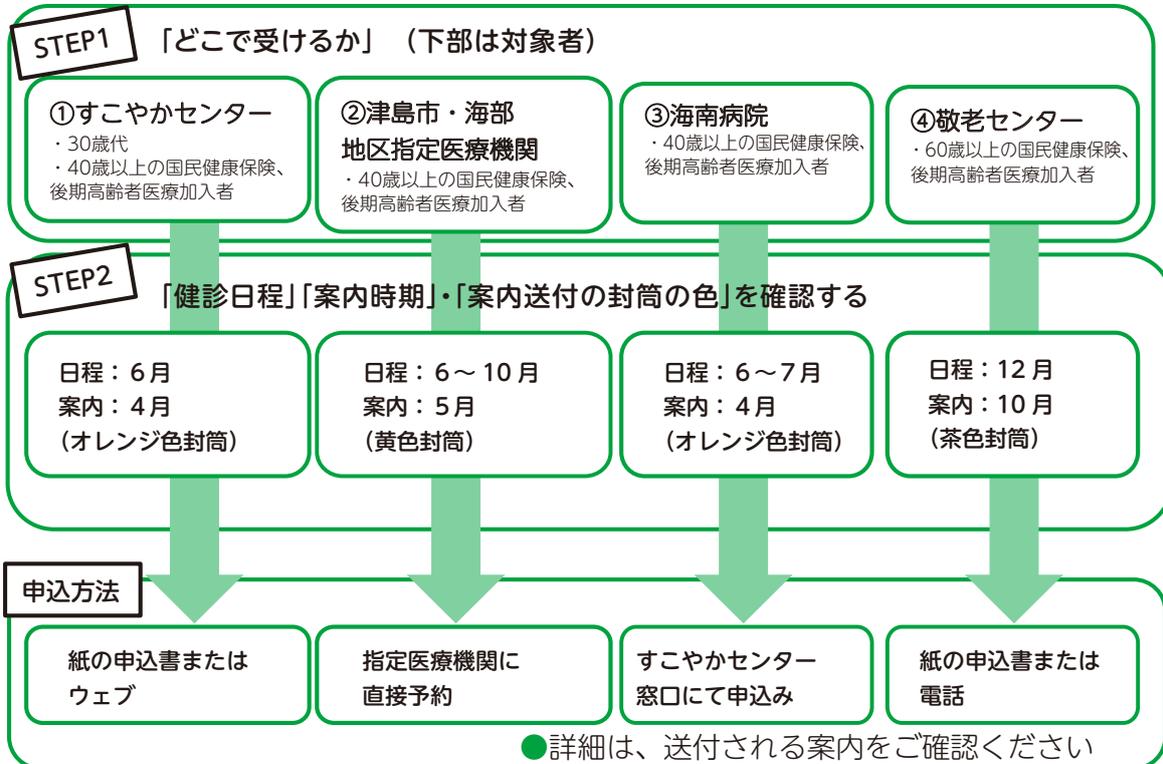
① 血糖値の把握 と ② 早め早めの生活習慣改善が大事です

HbA1c 数値	～5.5%	5.6% ～ 6.4%	6.5%～
	正常範囲	イエローゾーン ～気づかない間に進行しています～	レッドゾーン ～合併症の危険が迫っています～

飛島村健康診査※のご案内

※がん検診を除く、問診、身体計測、血液検査や尿検査等

★特定健診は、ご加入の医療保険者が実施責任者となります。
村の特定健診対象外の方は、医療保険者からの案内にした
がって、特定健診を受診してください。



がん検診・歯科検診なども一緒に受けましょう！

●問合せ先 すこやかセンター内保健環境課