



健診を受ける意味を確認しましょう

受けて、終わりにしていませんか？ 健診を「自己満足」で終わらせないために

健診結果は、受診日から約1か月後を目安にこ自宅に郵送します。
封筒を開けて、数値を眺めて、そこで終わっていませんか？

健診を受けることは、ゴールではなく、生活習慣を見直すための『きっかけ』です。
『健診を受けて終わり』では、ただの自己満足です。
結果を受け取り、改善することで初めて、健診を受けた意味が生まれるのです。



要医療と判断された方、 必ず医療機関を受診してください！

三春町では、健診でコレステロール・中性脂肪の数値が高く要医療と判断されながら、医療機関を受診していない方が多い状況です。

高コレステロール血症・脂質異常症は動脈硬化を進行させ、心筋梗塞や脳卒中など重大な疾患のリスクを高めます。「症状がないから大丈夫」は危険な思い込みです。

数値が気になる方は、かかりつけ医にご相談ください。

保健師に相談しませんか？

結果の見方が分からない方、生活習慣の改善を一緒に考えたい方、保健師が随時相談をお受けしています。
「何から始めればいいのか分からない」という方こそ、お気軽にお声がけください。

問 保健福祉課(保健師) ☎ 0247-62-5110

マチトレで、次の一步を。

三春町営ジム「マチトレ」では、健診結果に合わせたインボディ（体組成測定）と運動アドバイスをしています。



体重だけでは見えない筋肉量・体脂肪・基礎代謝を数値で確認し、「何をすべきか」を一緒に考えます。

令和8年4月から、毎週金曜日は午後8時まで夜間開館中です！

三春町と株式会社ルネサンスが「健康づくりに関する協定」を締結しました

6月5日、三春町と株式会社ルネサンス(東京都墨田区)は、健康長寿のまちづくりを推進するため「健康づくりに関する協定」を締結しました。

本協定により、スポーツクラブ運営や健康増進事業で全国に実績を持つ株式会社ルネサンスの専門的知見を活かし、町民の健康づくりや生活習慣病予防の取組み、学校教育を含めたスポーツに取り組む環境を一層充実させてまいります。

また、今後は、町営ジム「マチトレ」をはじめとする健康づくり施策の推進や学校教育を含むスポーツの環境の整備など、具体的な取組みを両者協議の上で進めていきます。

▶協定の目的

相互の連携体制を構築し、健康長寿のまちづくりを推進すること

▶主な連携協力事項

- ▷健康づくり施策の推進に関する事
- ▷公共施設等を活用した健康増進に関する事
- ▷町民の運動促進に関する事
- ▷学校教育を含む運動やスポーツ環境の整備に関する事



締結書に署名をする三春町長(左)と野口部長(右)



締結式に出席した皆さん



三春町長(左)、野口部長(右)