

国民健康保険特定健康診査

後期高齢者健康診査 実施中

☎健康づくり課予防係 ☎内線1172

市内の医療機関で受ける「個別健診」と、決められた日時に各保健センターや公民館などで受診する「集団健診」があります。いずれか一方で受診してください。結果通知については、個別健診は医療機関から、集団健診は市からお知らせします。

☆健診時に持参するもの

- ①ご自身の保険証
- ②特定健康診査(または後期高齢者健康診査)



受診票・受診券
③採尿した尿容器(集団健診のみ)

☆注意事項

- ①朝食は食わずに受診してください(食後に受診すると血糖値などの数値が変わってしまい、正確なメタボ判定ができません)。
- ②受診票・受診券裏面の「質問票」は必ず記入してください(血圧・血糖・コレステロールを下げる薬を服用している人は、必ず「はい」と回答してください)。

健診を毎年受けることが大切

安中市国保では、45%の人が健診を受診していますが、まだ半数以上の人が受診していません。メタボをはじめとする生活習慣病は、自覚症状がないまま進行し、重症化してしまいます。



年に一度は健診を受診し、自分の健康状態をチェックしましょう。安中市国保特定健診を受けた人には、保健

師・管理栄養士による健診結果相談会を無料で実施しています。ご自分の生活を振り返り、健康管理に役立てましょう。

特定保健指導の

対象となったら、必ず利用

安中市国保に加入している40歳から74歳までの人を対象に、特定保健指導を行っています。

特定健康診査の結果や質問票から、生活習慣病発症の可能性が高いと予測される人に、随時「特定保健指導利用券」をお送りしています。自宅に届いた人は必ず特定保健指導を受けましょう。

※健診当日、特定保健指導の対象と見込まれる人には、特定保健指導を健診時に実施しています。今まで、「仕事が忙しい」「日時の予定が合わない」と利用できずにいた人にも、気軽に利用しやすくなっています。

特定保健指導を利用すると

さらに特典が

健診は受けるだけでなく、健診結果をきちんと確認することが大切です

☆特定保健指導とは

特定健康診査の結果から、生活習慣病の発症リスクが高い人に対して、医師・保健師・管理栄養士などが、対象者の状態にあった生活習慣の改善に向けた支援を実施することです。

※特定保健指導の実施方法は、医療保険者によって異なります。ご加入の医療保険者にお問い合わせください。

