

特定健診 今年の実施期間は6/11(月)～10/31(水)

40歳以上の方、年に1回の健康チェックを！

特定健診は、生活習慣病の原因となるメタボリックシンドローム（内臓脂肪型肥満）を早期に発見し重症化を防ぐために、毎年受けることが大切です。

特定健診を積極的に受診し、バランスの取れた食生活や適度な運動習慣を身に付け、生活習慣病の予防に努めましょう。

国保年金課
☎995-1814

受診期間 6月11日(月)～10月31日(水) ※例年、8月を過ぎると大変混み合いますので、早めに受診しましょう。

対象者に受診券を送付

対象となる方には6月上旬ごろに、受診券が入ったうぐいす色（緑色）の封筒を市から郵送します。

対 ●昭和54年3月31日以前に生まれた方で、4月1日時点で当市で国民健康保険の適用を受けている方
●後期高齢者医療被保険者 ※生活習慣病の治療を受けている方は、受診の有無について主治医と相談してください。

※次の方は対象になりません。

- ・転出などで、受診日時点で当市で国民健康保険の適用を受けていない方（転出先の市区町村にお問い合わせください）
- ・今年度、国保脳ドックを申し込んだ方
- ・施設などに入所中の一部の方

保険証と受診券を持って医療機関へ

次のものをお持ちになり、実施医療機関で受診してください。

- 国民健康保険証または後期高齢者医療制度被保険者証
- 届いた受診券

※沼津市、長泉町、清水町の医療機関でも受診できます。受診券に同封されている一覧表をご確認ください。

通常1万円相当の健診が800円で

個人負担金／800円（後期高齢者医療被保険者や今年度75歳になる方は無料です。）

※個人負担金の免除制度はありません。

※医療機関で同等の健診を自身で受診すると約1万円相当がかかります。

健診項目・受診結果

メタボリックシンドロームに着目し、次の項目を検査します。検査には半日程度かかります。受診結果は約1カ月後に送付されます。

診察	問診・理学的検査
身体計測	身長
	体重
	腹囲
	BMI
血圧	収縮期血圧
	拡張期血圧
血中脂質検査	中性脂肪
	HDL - コレステロール
	LDL - コレステロール
	総コレステロール定量
肝機能検査	AST (GOT)
	ALT (GPT)
	γ-GT (γ-GTP)
	血清アルブミン
血糖検査	ヘモグロビンA1c
	空腹時血糖
尿検査	糖
	タンパク
	潜血
貧血検査	ヘマトクリット値
	血色素量
	赤血球数
	血小板数
心電図検査	—
眼底検査	(医師が認める場合)
腎機能検査	血清クレアチニン
	血清尿酸
	eGFR

すその健康マイレージ

健診を受けると、マイルが獲得できます。受診日などを記録し、健康推進課に申告してください。