

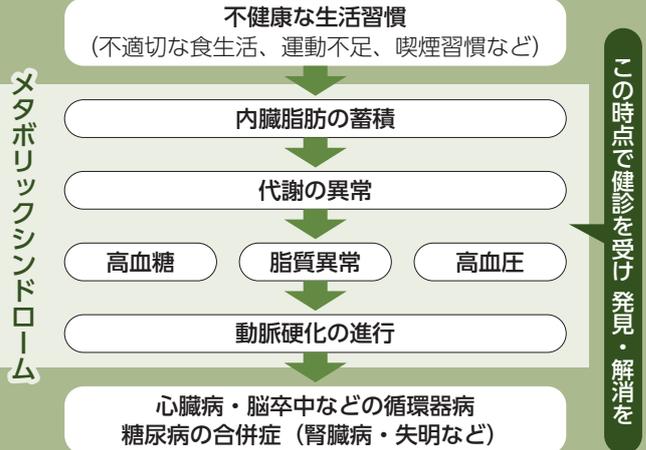
あなたの健康管理のために受診を

特定健診・ 特定保健指導

☎ 国保年金課国保係 ☎95-9891
保健センター ☎48-3751

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）は、おなかの内臓周りに脂肪がたまることなどにより起こり、進行すると心臓病や脳卒中などの命に係わる生活習慣病を引き起こす危険があります。そのため、市国保では特定健康診査（特定健診）・特定保健指導を無料で行っています。期限内に忘れずに受診してください。

生活習慣病はこのように進行します



特定健診・保健指導の流れ

40歳以上の国民健康保険の加入者及び後期高齢者医療保険の加入者に対し、特定健診の受診券を送付します。

① 5月31日(月)までに受診券が届く



② 受診券、健康保険証、健康手帳を持参して指定医療機関（13ページ参照）で受診



③ 後日、受診した医療機関で説明・情報提供



国保加入者には、健診結果に応じて3段階の生活習慣の改善に重点をおいた特定保健指導を実施します。

危険度「低」の人

今後も健康を維持できるように情報提供を行います。

危険度「中」の人

メタボリックシンドロームのリスクが出始めた人を対象に、原則1回の面接による支援を行います。

危険度「高」の人

メタボリックシンドロームのリスクが重なっている人を対象に、継続的に支援を行います。

職場健診の結果表を提出してください

40歳から74歳の市国民健康保険加入者で職場健診（事業主健診）の対象となる人は、職場健診が優先されるので、特定健診を改めて受ける必要はありません。職場健診の健診内容には、特定健診の検査項目が含まれており、健診結果表を国保年金課に提出することで特定健診を受けたことに代えられます。

しかし、市には職場健診を受けていることが分からないため、特定健診の受診勧奨が届く場合があります。職場健診の結果が出たら、健診結果表を国保年金課に持参してください。

