

# 特定健康診査のご案内

## 年1回の健康診査を忘れずに受けましょう

メタボリックシンドロームの予防・改善に重点を置いた「特定健康診査」を以下の要領で実施します。  
年1回、必ず受診して、ご自身の健康状態を点検しましょう。

### 健康診査の受診について

**対象者** 町の国民健康保険に加入している40歳～74歳の人

- 持ち物**
- ① 特定健康診査受診票（ピンク色用紙）
  - ② 町国民健康保険被保険者証
  - ③ お薬手帳（もっている人のみ）

**自己負担金** 無料で受診できます

※ただし、受診票が届いても受診日現在で他の医療保険に変わった人は受診できませんので、加入の保険者等にお問い合わせください。  
※現在、74歳の人で、受診日現在で75歳になる人は、後期高齢者医療制度での受診となります。

受診票裏面の質問票を記入してきてください。

### 健康診査の受診方法について

特定健康診査を《集団健診》または《個別健診》の都合のよい方で受けて下さい。  
なお、人間ドックの助成金の申請を予定している人は、特定健康診査を受けると助成金が受けられなくなりますので、ご注意ください。

**《集団健診》** ※集団健診をうけるときは、予約は必要ありません。

**実施期間** 令和6年5月23日(木)～10月28日(月)の間の13日間（裏面参照）

**実施場所** 保健福祉総合センター、洋泉興業大泉町文化むら、地域公民館（裏面参照）

**実施時間** 午前8時30分～11時（洋泉興業大泉町文化むらのみ9時30分～11時）

**結果の通知方法** 健診を受けてから、約1～2か月後に町から郵送します。

**《個別健診》** ※事前に希望される医療機関へお問い合わせください。

**実施期間** 令和6年6月1日(土)～10月31日(木)ただし、休診日は受診できません。

**実施場所** 館林市・邑楽郡内の医療機関（裏面参照）

**実施時間** 各医療機関の診療時間中  
医療機関によっては午後対応できない場合があります。

**結果の通知方法** 受診した医療機関からお知らせします。

### がん検診などの同時実施(集団健診のみ)

※がん検診などの検診も同時に実施します。健康づくり課からのお知らせ（別便の大きい黄色封筒）をご確認ください。

#### 注意事項

- 健診は空腹で行います。朝食を食べずに受診してください。なお、水は飲んでも検査に問題はありません。やむをえず空腹時以外に健診を行う場合には、食後3.5時間以降に採血を行うようにしてください。
- 検査の前日はなるべくアルコールの摂取や激しい運動は避け、当日はたばこも控えましょう。
- 着脱しやすい服装で健診を受けましょう。
- 糖尿病以外の薬は服用しても構いません。
- 同一年度内に、2回以上特定健診を受けたときは、費用を負担していただく場合があります。

※感染予防に対するご理解、ご協力よろしくお願いいたします。

### 特定健康診査・特定保健指導の流れ

#### ① 受診票が届く



集団健診または個別健診のどちらで受診するのか決め、裏面の日程表等を確認し受診してください。

※勤め先などで健康診断を受診する人は、国民健康保険課へご連絡ください。

#### ② 特定健診の受診



受診当日は、国保の被保険者証・受診票・お薬手帳を持ってきてください。

#### ③ 結果の通知



集団健診を受診した人は約1か月後に通知が届きます。個別健診を受診した人は健診を受けた病院・診療所から結果を受け取ってください。

※「要医療」となった人は放置せず必ず医療機関を受診しましょう。

#### ④ 保健指導の案内



特定保健指導の対象者には案内が届きます。保健師や管理栄養士によるアドバイスが受けられますので必ず参加しましょう。なお、健診結果により、指導内容は2段階に分かれます。

#### ⑤ 特定保健指導

##### 《動機付け支援》

メタボリックシンドロームのリスクがある方はじめに専門家から個別の指導を受けて、メタボリックシンドロームの改善に取り組みます。

##### 《積極的支援》

メタボリックシンドロームのリスクがより高い方は専門家との個別面接など3か月以上継続的な健康づくりの支援を受けます。

裏面もご覧ください