

国保の方が
対象です！



年に1度は健康チェック！ 特定健診を受けましょう！

特定健診・特定保健指導はメタボリックシンドロームを早い段階で見つけ、心臓病や脳卒中など生活習慣病を予防するためとても大切なものです。「自分は大丈夫」「忙しくて…」などの健診の機会を逃していませんか。

特定健診が 受診しやすくなっています

特定健診の受診券を郵送する際に、がん検診の受診票も同封しています。また、受診期限も2月末までに延長していますので、ご都合のよいときに受診することができます。

対象 蒲郡市国民健康保険加入者で40歳から74歳の方

実施期限 平成27年2月28日(土)

受診方法 電話で各医療機関へ予約してください。

※受診券は、5月中旬ごろから順次郵送します。

受診場所 市内の委託医療機関
検査項目 身体計測、血圧測定、尿・血液検査など
受診料 無料

特定保健指導を受けましょう

健診結果から、生活習慣の改善が必要な方には、専門家による生活習慣改善のプログラムを実施します。

特定保健指導の案内は、健診結果と一緒に郵送します。費用は**無料**です。特定保健指導は市役所や保健センター、一部の医療機関などで受けることができます。案内が届いた方は必ず受けるようにしてください。

国民健康保険以外の方は

後期高齢者医療健康診査受診券を郵送します。検査項目は特定健診とほぼ同じです。費用は**無料**です。社会保険などに加入している方は、加入中の保険者にお問い合わせください。

保険年金課 ☎66・1103

受診のながれ



対象者には5月中旬ごろから順次受診券が届きます。



医療機関一覧から受診する医療機関を選び、予約をします。



受診券、保険証を持って医療機関に行きます。健診費用は**無料**です。



2～3週間程度で健診結果が郵送されます。

ご存じですか？

特定健診の結果、蒲郡市国保のメタボ該当率は、県内の国保において高い傾向が続いており、平成23年度は24・7%で、県内ワースト1位でした。

また、生活習慣改善の必要な方の特定保健指導への参加率は大変低く、平成23年度は4.8%で最下位です。



メタボは内臓脂肪型肥満をベースに高血糖、高血圧、脂質異常といったリスクが重なった状態です。脳卒中や心臓病など命に関わる病気が発症する危険が高まるので、注意が必要です。

特定保健指導は大切！

特定保健指導は自分の体の状態を知り、生活習慣を見直す絶好のチャンスです！
皆様のご利用をお待ちしています。