

# 健診を受けましょう！

メタボを防ぐ「特定健診・特定保健指導」

問合せ先 保険年金課 ☎66・1103

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に起因する病気を予防するととても大切なものです。

「自分は大丈夫」「忙しくて…」など、せっかくの健診の機会を逃していませんか。特定健診・特定保健指導を受けることは、生活習慣病の発症リスクや、健康状態を知るチャンスです。

受診券が届いたら、医療機関に予約を入れて早めに受診しましょう。

## ■ 特定健診

対 象	蒲郡市国民健康保険加入者で、40歳から74歳の方 ※平成25年3月31日現在の年齢
実施時期	6月～11月(予定)
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、6月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
費 用	無料

国保の方が  
対象です！



(受診のながれ)



対象者には6月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。

## ■ 特定保健指導

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、別途対象者に郵送します。費用は無料です。特定保健指導は市役所、保健センター、一部の医療機関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

#### ■ 後期高齢者医療に加入中の方

6月ごろから順次「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中の方

受診方法や費用は、現在加入中の保険者にお問い合わせください。

