

# 働き盛りこそ！ 節目人間ドック

働き盛りのそこのあなた！「自分は大丈夫」なんて思っていませんか？生活習慣病予防には早めの対策が肝心です！節目の年に、自分の健康チェックをしましょう！

●平成28年3月31日時点で40、45、50、55歳の方

●国民健康保険加入者

(世帯主および国保被保険者全員に市税などの滞納がない世帯の方)

①結果説明会への参加(特定保健指導の必要がない方)

健診結果の見方や今後の健康のあり方などが学べます。(1回)

②特定保健指導の受診

特定保健指導が必要と判定されたときは、必ず受けてください。

自己負担金

1,000円

定員 100人

(定員を超えた場合は抽選)

※平成27年度人間ドック当選者の方も申し込みできます。

※人間ドック受診時に7,000円をお支払いいただき、①②を確認後、返金します。

なぜこの年齢??

メタボ予防は働き盛りの取り組みが勝負!

平成25年度特定健診・特定保健指導状況

年齢	40-44	45-49	50-54	55-59	全体
特定健診受診率	18.6	19.8	24.2	29.6	39.8
メタボ該当率	5.6	10.6	12.7	17.5	20.2
メタボ予備軍該当率	14.1	14.4	11.5	11.1	10.7



☆特定健診の受診率が、

40・50歳代は特に低い!

☆メタボ該当者と予備軍の人数が

50歳代から逆転している!

元気に働くには、まずは体が大事!

40・50歳代のうちに食事・運動に気をつけて、適切な生活習慣を身に付けましょう!

高齢になったとき、その生活習慣があなたの体をきっと助けます!

節目の年でない方も

新規加入者向け人間ドック募集

対象者 平成27年2月17日(火)以降に国民健康保険の資格を取得された方で、世帯主および国保被保険者全員に市税などの滞納がない世帯の方

※新規加入者で、節目の年に当たる方は、両方同時に申し込むことができます。

受診日 6月～

定員 10人(定員を超えた場合は抽選)

自己負担額 40歳以上: 7,000円

40歳未満: 16,550円

【節目・新規加入者向け募集共通】

受診コース 基本コース(28,370円)

受診場所 保健医療センター

申し込み 4月20日(月)までに印鑑、保険証を持参の上、保険年金課へ。申請書(保険年金課、市ホームページにあります)または申請に必要な項目を記入したハガキ、書面の郵送(〒443-8601)による申し込みもできます。※電話、ファクス、Eメールでの申し込みは受け付けません。

申請に必要な項目 申し込む対象(節目・新規加入者向け・その両方)を明記・世帯主の振込先(節目のみ)・申請年月日・世帯主氏名(押印)・住所・電話番号・受診希望者の氏名(フリガナ)・性別・生年月日・年齢・世帯主との続柄・保険証の番号、個人情報確認事務の同意文(「私および世帯員の市税等納付状況の確認事務を行うことに同意します。」)