

# 国民健康保険に加入の40歳以上75歳未満の方



## 生活習慣病予防のため 特定健康診査を受診しましょう

市では、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した生活習慣病予防のための特定健康診査を5月から12月に実施します。

ご自身の体の状態を理解し、生活習慣を見直す機会となりますので毎年必ず受診しましょう。

### ◆実施方法

・**集団健診**  
市内の公共施設で行う健診で、自己負担額は千円です。日程については、下表をご覧ください。

### ・個別健診

長生郡市内の契約医療機関で行う健診で、自己負担額は2千円です。契約医療機関は、質問票などを郵送する際にご案内します。健診期間は、5月7日㊦から12月25日㊦までです。

### ◆検査項目

身体・腹囲・血圧測定、尿検査、血液検査、医師の診察  
※心電図検査、眼底検査は、それぞれ国の基準に該当した方について実施します。また、集団健診での心電図

検査および眼底検査は、当日の医師の診察で必要と判断された方にも実施します。

### ◆申込方法

健康管理課窓口、電話、FAX、メールでお申し込みください。住所、氏名、生年月日、電話番号、希望の実施方法をお申し出ください。

※集団健診の場合は、受診希望日をお申し出ください。

### ◆申込締切

・**集団健診**：希望日の10日前（定員になり次第締切）  
・**個別健診**：11月29日㊦  
※お申し込み後、集団、個別健診ともに4月下旬から質問票などを郵送します。

お申し込み・お問い合わせは、  
健康管理課（2階）

✉ kenkou@city.mobara.chiba.jp  
☎ (20) 1574, FAX (20) 1600

### 平成31年度 特定健康診査（集団健診）日程表

受付時間 13時～14時（7月5日㊦の夜間受付は18時～19時）

月 日	会 場
5月22日㊦～24日㊦	東部台文化会館
5月25日㊦、27日㊦、28日㊦	保健センター
5月29日㊦～31日㊦	本納公民館（ほのおか館）
6月27日㊦、28日㊦	二宮福祉センター
7月1日㊦、2日㊦	広域市町村圏組合管理棟
7月3日㊦～5日㊦	保健センター
7月5日㊦	保健センター（夜間）
7月6日㊦	保健センター
7月8日㊦～10日㊦	五郷福祉センター
7月11日㊦～13日㊦	保健センター
7月16日㊦、17日㊦	豊岡福祉センター
7月18日㊦、19日㊦	鶴枝公民館
7月22日㊦～25日㊦	保健センター
9月4日㊦、5日㊦	保健センター

※五郷福祉センターでは2階も使用しますが、エレベーター等はありませんのでご了承ください。