

国民健康保険に加入の40歳～74歳の方へ

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、特定健康診査を5月から12月まで実施します。これ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健診です。

ご自身のからだの状態を理解し、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。

完全予約制のため、必ずお申し込みの上、受診してください。

	集団健診	個別健診
実施方法	市内の公共施設で行う健診です。	長生郡市内の契約医療機関で行う健診です。契約医療機関一覧は、質問票などと併せて郵送します。
自己負担額	1,000円	2,000円
健診期間	5ページの日程表をご覧ください。	5月2日 [㊞] ～12月24日 [㊞]
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、それぞれ基準に該当した方に実施します。 また、集団健診で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（集団か個別）をお申し出ください。 ※集団健診の場合は、受診希望日もお申し出ください。	
申込締切	希望日の10日前（定員になり次第締切）	11月30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。	
注 意 点	令和4年度に特定健康診査を受診した方は、令和4年度中に短期人間ドック助成制度を利用することができません。	
申込み・問合せ 健康管理課（2階） ☒ kenkou@city.mobara.chiba.jp ☎ (20) 1574 ☎ FAX (20) 1600		

健康診査って受けたほうがいいのか？



お医者さんにかかっているから、受けなくてもいいですか？

病気の治療と健康診査は目的が違います！
 医療機関での検査は「治療」が目的で、その病気に関係する検査です。一方、**健康診査は生活習慣病の早期発見が目的**ですので、**治療中の病気以外の異常が見つかるかもしれません。**



健康な人（自覚症状がない人）には関係ないでしょ？

生活習慣病は自覚症状なく進みます。
 放っておけば、その先には命にかかわる病気が待ち構えています。
年に1度の受診と健康状態の確認が必要です！



市の健診って、詳しく検査してもらえないんじゃない？

標準項目のほか、市では腎機能検査、貧血検査、尿酸検査を全員に実施しており、糖尿病の進行や痛風等のリスクにも対応しています。



なぜ、毎年受けるのですか？

生活習慣病の発症や重症化を予防するために毎年受診することが大切です。
 毎年受診していれば**前年との比較**ができ、**状態の変化に気付く**ことができます。
土曜日や夜間にも実施しますので、必ず受診しましょう。