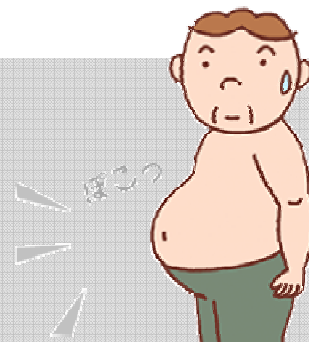


# 第7回 40歳からのメタボ予防

## ～特定健診の健診内容について～

問い合わせ先 保健センター ☎ 25 - 1880



### 健診内容

	健診項目	実施時期
個別健診 (市内医療機関)	問診、身長、体重、肥満度、腹囲、血圧測定、診察、尿検査、血液検査、(医師が必要と判断した人のみ心電図検査・眼底検査を実施)	7月～12月
集団健診 (保健センター・各公民館等)	問診、身長、体重、肥満度、腹囲、血圧測定、診察、尿検査、血液検査、(医師が必要と判断した人のみ心電図検査・眼底検査を実施) 大腸がん検診	11月

特定健診以外の健診や料金については、4月上旬に配布される各種検(健)診申込書に同封されている案内文をご覧ください。

### 小諸市が行う健診

平成20年度から各医療保険者(国民健康保険、政府管掌保険、共済組合等)が健診の実施主体となる「特定健診・特定保健指導」が始まりました。小諸市(小諸市国民健康保険)が実施する健診は次のとおりです。

#### 特定健診

小諸市国民健康保険に加入され、当該年度中に40歳から75歳(75歳到達前まで)になる方が対象者となります。国保以外の医療保険に加入されている方は、それぞれ

の加入されている医療保険で受診方法等を確認してください。

#### 後期高齢者の健診

75歳以上の方(65歳以上で一定の障がいをお持ちの方を含む)

小諸市が実施する健診を受けることができ、個別健診(市内医療機関)、集団健診(健康スクリーニング)のどちらかを受診できます。検査項目は腹囲を除く特定健診と同じ項目になります。また、医療保険者は、長野県後期高齢者医療広域連合に変わります。

### 申し込みから受診までの主な流れ

特定健診(健康診査)を受診するまでの手続きは次のとおりです。

項目	時期	内容
健診申込	4月上旬	・特定健診対象者 集団健診(健康スクリーニング) ・後期高齢者 個別健診(医療機関)、集団健診(健康スクリーニング)については <b>事前に申し込みが必要です。</b>
特定健康診査受診券・案内発送	6月中旬頃	特定健診対象者に受診券等を送付します。(医療機関で健診を受ける方は、直接電話で申し込みをください) 集団健診(健康スクリーニング)に申し込まれた方は10月に受診券等を送付します。
健診実施時期(予定)	7月～12月	特定健診対象者・後期高齢者の方(医療機関7月～12月、健康スクリーニング11月)

健康診査の受診方法は4月上旬頃に配布される各種検(健)診申込書に同封されている説明文章をお読みいただき、不明な点は保健センター ☎ 25 - 1880 へお問い合わせください。

### 健康は、かけがえのない財産

平成20年から始まった新たな特定健診・特定保健指導制度について7回シリーズでお知らせしてきましたがご理解いただけたでしょうか。

最近、健康に関する様々な情報が流れていますが、自分に合う生活習慣が何かを知り、それを身につけられれば今後の自分自身の財産になります。

健康を維持するためにも、年に1回は健診を受け、自分の体を知る機会としていただきたいと思います。