

年に1回必ず受診しましょう！ 「特定健康診査」

まだ間に合います！！

～小諸市国民健康保険(40～74歳までの方)・後期高齢者医療保険
に加入している方～

特定健診は、生活習慣病（糖尿病、高血圧、脂質異常症など）の予防や早期発見を目的とした健診です。生活習慣病は、自覚症状なく進むため、1年に1度は特定健診を受け、自分の健康状態をチェックし、生活習慣病を未然に防ぎましょう。

今年度に、まだ特定健診を受診していない方は、ぜひお申し込みください。

12月まで実施 個別特定健診

市内医療機関で受診できます。

受診券を紛失された場合は再発行しますので、健康づくり課へご連絡ください。



今年度は

1月・2月にも 集団特定健診（ヘルススクリーニング）を実施します。

【集団特定健診の内容】

- ▶ **対象** ①10月、11月の集団特定健診の対象だったが、受診できなかった方
②今年度、特定健診を受けていない方
(40～74歳の小諸市国民健康保険に加入している方・後期高齢者医療保険に加入している方に限ります。)
- ▶ **健診日** 1/29(月)～2/7(水)の8日間
時間帯は午後です。個別に通知します。
- ▶ **場所** 保健センター（市役所2階）
- ▶ **料金** 無料
- ▶ **申込み** 12/22(金)までに健康づくり課まで電話でお申し込みください。(☎25-1880)
※すでに申込済みで、受診券や問診票が届いている方は、改めてご連絡いただく必要はありません。(日程変更希望の方は、ご連絡ください。)

すでに人間ドックや職場健診を受けた方は、受診結果の提出にご協力ください。

受診結果を提出すると、特定健診を受診したと見なすことができ、受診結果に応じた特定保健指導が受けられます。

- ▶ **提出先** ・人間ドックの場合：市民課 国保年金係
(同時に人間ドック補助金交付申請をしてください。)
- ・職場健診の場合：健康づくり課 健康支援係

※集団特定健診・個別特定健診・人間ドック補助は、重複して受けることができません。

大腸がん検診も、まだ間に合います!! (12月まで)

大腸がん検診のみ希望の場合は、直接市内医療機関にお申し込みください。

☎ 健康づくり課 健康支援係