

静岡市国民健康保険 特定健康診査



- ◇対象者 4月1日現在、静岡市国民健康保険に加入している40歳～74歳
- ◇実施期間 平成26年6月から平成27年3月末まで
※平成26年4月1日から受診日まで継続して静岡市国民健康保険に加入している必要があります。

- ◇自己負担 無料
- ◇持ち物 ・受診券・質問票(黄色の封書)
※対象者には5月下旬ごろに送付
・国民健康保険証



《健診項目》

- 診察等 問診、診察、身体計測(身長、体重、BMI、腹囲)、血圧測定
- 血液検査 脂質…中性脂肪、総コレステロール、HDLコレステロール、LDLコレステロール
- 血糖…空腹時血糖、ヘモグロビンA1c
- 肝機能…AST (GOT)、ALT (GPT)、γ-GT (γ-GTP)
- 腎機能…クレアチニン、尿酸
- 貧血検査…ヘマトクリット値、血色素量、赤血球数
- 尿検査 尿糖、尿たんぱく

*心電図は希望者に無料で実施

*眼底検査は国の定めた基準に該当し、かつ医師が必要と判断した場合に実施



《受診券を紛失した場合》
各区の保険年金課または蒲原支所で再発行できます。

特定保健指導 ～メタボのリスクがある方へ～

- ◇対象者 特定健康診査の結果、生活習慣病のリスクが高いと判定された人
- ◇利用方法 市から**特定保健指導利用券**が送付されます。
リスクに応じて「**動機づけ支援**」、「**積極的支援**」に判定され、下記のような支援が受けられます。
- ◇利用期間 利用券交付日より6か月間
- ◇自己負担 無料
- ◇利用場所 各保健福祉センターまたは市が委託している健診・医療機関



あなたの生活習慣を改善するチャンスです!!

メタボのリスクが出てきた方には

動機づけ支援

面接(原則1回)で**保健師**や**管理栄養士**から具体的なアドバイスを受け、一緒に生活習慣の改善のための計画を立てます。**6か月後**に健康状態や生活習慣をお伺いします。



メタボのリスクが高い方には

積極的支援

初回面接で**保健師**や**管理栄養士**と一緒に生活習慣改善のための行動目標・計画を立て、**3か月以上継続して**支援を受けられます。**6か月後**に健康状態や生活習慣をお伺いします。

静岡市国民健康保険 健康診査

- ◇対象者 ①静岡市国民健康保険に加入している30歳～39歳
②4月2日以降に静岡市国民健康保険に加入した40歳～74歳
- ◇実施期間 平成26年4月から平成27年3月末まで
- ◇申請方法 各区役所保険年金課窓口及び井川支所、長田支所、蒲原支所で**受診券の交付**を受けてください。(申請に必要なもの:受診希望者の保険証)
※①の方で保険料の滞納がある場合、受診券が交付できません。
- ◇自己負担 ①**1,500円**(非課税世帯は**500円** ※市民税課税証明書は不要)
②**無料**



《健診項目》は特定健康診査(6ページ)と同様です。

後期高齢者医療制度 健康診査



- ◇対象者 **75歳以上**または**65歳以上**で一定の障がいがあり、後期高齢者医療制度の加入者
- ◇実施期間 平成26年6月から平成27年3月末まで
- ◇自己負担 **無料**
- ◇持ち物 ・**受診券・質問票(ピンク色の封書)**
※対象者には5月下旬ごろに送付
・後期高齢者医療保険証



《健診項目》

- 診察等 問診、診察、身体計測(身長、体重、BMI、腹囲)、血圧測定
- 血液検査 脂質…中性脂肪、総コレステロール、HDLコレステロール、LDLコレステロール
- 血糖…空腹時血糖、ヘモグロビンA1c
- 肝機能…AST (GOT)、ALT (GPT)、γ-GT (γ-GTP)
- 腎機能…クレアチニン、尿酸
- 尿検査 尿糖、尿たんぱく

*貧血検査、心電図、眼底検査は、国の定めた基準に該当し、かつ医師が必要と判断した場合に実施



《受診券を紛失した場合》
各区の保険年金課または蒲原支所で再発行できます。

各健康診査を受ける前に
チェック!!

- * 治療中の方は受診について、かかりつけ医にご相談ください。
- * 健康診査前日は飲酒・激しい運動は控え、健診前10時間は水以外の飲食はとらないようにしましょう。
- * 年度内に**1回**受診できます。(2回以上受診した場合や、受診日当日に国民健康保険の資格が無い場合は**全額自己負担**となります。)

～各健康診査の申し込みは**健診実施医療機関(8～15ページ)**へ直接どうぞ!!～

問合せ 保険年金管理課 TEL 221-1376