

# 特定健診の受け方

## 1 健診の案内

- 年に1回、医療保険者から健診の案内(受診券)が送られてきます。
- **40歳~74歳が対象**です。



## 3 特定健診を受ける

- 受診時には受診券と保険証が必要です。(受診する際は忘れずに持参してください)
- 時間や注意事項を守って受診してください。採血検査で空腹時の検査が必要な項目があるため、朝食はとらずに受診してください。(服用中の薬がある場合は、事前に医師に確認してください)
- 主な検査項目

<b>問診</b> 健康状態や既往歴など	<b>採血</b> 脂質、血糖、肝機能など	<b>心電図</b> (必要な方) 心機能など
<b>計測</b> 身長、体重、腹囲、血圧など	<b>検尿</b> 腎機能など	

## 2 申し込み・予約

- 健診日時と健診場所(集団健診・医療機関等)を確認してください。
- 健診の申し込みが必要な場合がありますので、受診先に確認してください。
- 前日・当日の注意事項(食事など)や持参するものなどを確認してください。



## 4 判定・結果通知

- 結果が出るまで約1か月程度かかります。

## 5 特定保健指導を受ける(無料)

- 特定健康診査を受けたすべての人に、健診結果の報告とともに健康づくりに役立つ「情報提供」が行われます。また、健診結果の状態に応じて**動機付け支援** または **積極的支援** の指導が行われます。
- 生活習慣病の重症化を防ぎ、健康寿命をのばしましょう。

## 通院・治療中の方の場合

### 情報提供票(同意書)を病院窓口へ

- 情報提供票(同意書)+受診券を現在、通院・治療中の医療機関窓口へ提出してください。
  - 情報提供票(同意書)はご自宅に送付、もしくは医療機関にあります。
  - 検査項目が不足している場合は、不足項目だけ追加検査があります。
- ※ 詳しくは通院・治療中の医療機関窓口にご相談ください。

検査結果を提出していただくことで、特定健診を受診したことになります。



# Keep健康! Go特定健診!

# 40歳になったら 特定健診を 受けましょう。

対象年齢  
**40歳**  
**74歳**

市町村国民健康保険・国保組合・国保連合会

