

無料で受診できます！「特定健康診査」

受け取るうっカラダからのメッセージ

問合せ 国民健康保険課国保管理係（内線3442）
 ／各総合支所市民課（菖蒲・内線122／栗橋・内線214／鷺宮・内線127）



なぜ「メタボ」は怖いのか

生活習慣病とは、運動不足や食生活の乱れ、喫煙などの生活習慣が原因で発症する病気の総称です。なかでも、死亡や寝たきり、重い後遺症につながるやすいのは、心臓病や脳卒中といった循環器病と、失明や腎不全などを招く糖尿病の合併症です。これらは動脈硬化が主な原因であり、動脈硬化を急速に進行させる代表的な要因が、メタボリックシンドローム（メタボ）です。市では、メタボに着目した特定健康診査と後期高齢者健康診査を実施します。生活習慣病は、血圧が高くなっても、コレステロールが増えても、ほとんど自覚症状がないのが特徴です。症状を感じたときにはすでに重症化していて、治療に多くの費用や時間がかかります。健診は、自覚症状が出る前

の自分の健康状態を知る良い機会です。年に1回、健診を

受けて自分の体をチェックしましょう。

	特定健康診査	健康診査
対象	久喜市国民健康保険に加入中で、40～74歳になる方	市内在住の埼玉県後期高齢者医療被保険者の方
受診期間	6月1日(土)～11月30日(土)	
費用	無料	
主な健診項目	問診・診察、身体測定（身長・体重・腹囲・BMI）、尿検査（尿糖、尿蛋白）、血圧測定、血液検査（脂質、血糖、肝機能、腎機能）、貧血検査（赤血球数、ヘマトクリット値、血色素量）、心電図検査	
受診方法	指定の医療機関に予約を行い、被保険者証・受診券を持参の上、受診してください。 ※対象となる方には、受診券と受診できる医療機関などを掲載したお知らせを個別に郵送します。	

職場等で健診を受けた方へ

久喜市国民健康保険に加入している40歳から74歳の方のうち、職場等で健康診断を受診し、特定健康診査を受診しない方は、受診券と健診結果の写しを国民健康保険課また

は各総合支所市民課へ提出してください。

特定健康診査の受診率の向上につながりますので、ご協力をお願いします。

特定保健指導の対象者に「保健指導利用券」が届きます

特定健康診査の受診結果から生活習慣の改善により、生活習慣病の予防効果が多く期待できる方に、特定保健指導の案内を行っています。各保健センターの保健師・管理栄養

士が生活習慣改善のためのアドバイスを行い、6か月間サポートします。費用は無料ですので、利用券が届いた方は、お気軽にご利用ください。

個別がん検診との同時受診をお勧めします

がん検診と特定健康診査等を同時に受診することにより、さらに健康管理に役立てることができます。大腸がん・前立腺がん・子宮がん検診を実施している市内医療機関で、特定健康診査

と一緒に予約してください。対象となる方などの詳細は、「平成25年度久喜市保健事業日程表」をご覧になるか各保健センターにお問い合わせください。

問合せ 各保健センター（中央・☎21・5354／菖蒲・☎85・7021／栗橋・☎52・5577／鷺宮・☎58・8521）

全国健康保険協会（協会けんぽ）に加入している方へ

協会けんぽへ加入されている方は、協会けんぽが実施する特定健康診査を受診してください。（市の特定健康診査は受けられません。）

詳しくはお問い合わせください。問合せ 協会けんぽ埼玉支部 ☎048・658・5915