



お知らせ

11月は特定健康診査の受診強化月間です

問い合わせ 保険年金課国民健康保険担当(1階③番窓口)

国民健康保険に加入している40歳から74歳までの人を対象とした特定健康診査(特定健診)を実施しています。

特定健診は、生活習慣病の前段階であるメタボリックシンドロームに着目し、糖尿病、高血圧症、脂質異常症などの早期発見・予防を目的にした健診で、無料で受けることができます。市では、電話やはがきで特定健診を受診するよう積極的に案内しています。

特定健診にかかる時間は1時間程度で、受診期間は令和7年3月末までです。年明けは混雑するため、早めの予約をお願いします。受診券をなくした人は、電子申請または担当窓口で再交付の手続きを

 してください。 受診券再交付▶

40歳から50歳代の皆さんも特定健診を積極的に受けましょう

心身ともに疲れが取れにくくなる・体型に変化が現れる、といった気になることがあっても何かと忙しく健康のことを後回しにしているませんか。日々のストレス・偏った食事・飲酒・喫煙などが生活習慣病の原因になります。

この年代は特定健診受診率が低い一方、生活習慣病で医療機関を受診している人の割合は50歳代から増加しています。特定健診を受けていない人は、受けている人と比べて生活習慣病等の医療費が高くなるデータが出ています。先延ばしせず、特定健診を受けて自身の健康管理に役立ててください。

勤務先で健康診断を受けた人

国民健康保険に加入していて、勤務先の健康診断(事業主健診)を受けた場合は、健診結果を保険年金課窓口にお持ちください。

特定健診の項目を満たした人に、市オリジナルタオルをプレゼントします。

**特定健診を受けて当てよう！
受診キャンペーン**

抽選で野菜などが当たります。

対象 市が送付した受診券で、11月30日(土)までに特定健診を受診した人(申し込み不要)

賞品

- ①日高市産の野菜…初めて特定健診を受診した人の中から30人
- ②おたのしみプレゼント…3年連続で特定健診を受診している人の中から30人
- ③健診ファイル…本年度40歳になる人で特定健診を受診した人の中から30人

※抽選結果は発送をもって発表とします。

まだ空きがあります

集団健診の申し込み受け付け中

期日 12月16日(月)、令和7年1月29日(水)、2月18日(火)

時間 午前9時～正午

場所 保健相談センター

※集団健診と同時に各種がん検診も受診できます。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

申し込み

電子申請または電話で担当へ

**医療機関で治療中の人**

「定期的に通院し、検査している」「かかりつけの先生がいる」と健診を受けていない人も健診の対象です。治療中の疾患だけでなく、からだ全体を見てもらうためにも、特定健診受診の必要性について、かかりつけ医にご相談ください。

【特定保健指導】を受けて生活習慣を改善しませんか？あなたに合った改善方法を一緒に考えます

特定健診および市の補助を利用した人間ドックの結果から、生活習慣病(糖尿病、高血圧症、脂質異常症など)の発症リスクが高く、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と判断した人を対象に特定保健指導を実施しています。

特定保健指導の実施は、民間の事業者に委託しています。実施事業者から利用をおすすめする電話連絡等を行うことがあります。あらかじめご了承ください。

令和6年度特定保健指導担当事業者 株式会社現代けんこう出版

広告

お陰様で 52年11カ月 大小ご宴会 松竹 ☎042-989-0597

8