

受けてトクする！ 特定健診

～自己負担金**無料**♪年に1度の健康チェック♪～



増え続ける生活習慣病。今や日本人の死因の半数を占めています。そのほとんどは自覚症状がありません。「元気だから大丈夫！」と書いていても、気づかないうちに重症化し、脳卒中や心疾患などの命に関わる病気を引き起こすこともあります。

特定健診の目的は、そんな生活習慣病の早期発見です。身体からのSOSを見逃さないように、年に1回必ず特定健診を受けましょう！

- 受診方法 集団健診・個別健診・国保ドックのいずれか
※詳しくは、受診券に同封している案内文書や5月号広報折り込みの「平成28年度総合健診カレンダー」をご確認ください。
- 対象者 四国中央市国民健康保険に加入している今年度末年齢40～74歳の方
※ドック対象者は年度末年齢40～74歳で、平成28年4月1日時点で国保資格がある方
※国保の資格がなくなったときは、特定健診・ドックの受診資格もなくなります
- 健診費用 通常約8,000円かかる検査が、**自己負担無料**で受けられます。
- 受診券 今年の受診券は「みどり色」です。
対象の方には5月上旬に黄色の封筒で送付しています。受診の際ご持参ください。

通院中の方も特定健診の対象です！

★特定健診がお得な4つの理由★

健診費用は無料！！

特定健診は、自己負担金無料で
○血液検査 ○尿検査 ○身体計測
○血圧測定 ○医師の診察
が受けられるお得な健診です。
高血圧・脂質異常症・高血糖だけでなく、肝臓病や腎臓病のリスクも含めてしっかり調べます。

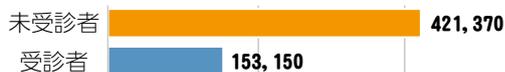
半日でできる健康チェック！！

特定健診は、半日あれば十分終わる検査です。
忙しいからといって後回しにすると、気づかないうちに生活習慣病が重症化し、治療に多くの時間を必要とすることになりかねません。
集団健診なら合わせてがん検診（有料）を受けることができるため、もっと安心です。

医療費を抑えることができる！！

毎年健診を受けることで、身体の異常にいち早く気づき、生活習慣の改善に取り組むことができます。そのため、医療費を抑えることにつながります。

健診受診者・未受診者の一人当たり年間医療費（円）



H26年度四国中央市国保の健診・医療データより

専門家が健康づくりのお手伝いをします！

健診結果より、「生活習慣病のリスクがある方（動機付け支援・積極的支援）」には、保健師や管理栄養士のサポートを受けながら生活習慣の改善に取り組む「健康チャレンジ（特定保健指導）」のご案内が届きます。

生活習慣改善のチャンスと捉えて、積極的に活用しましょう！！

