

特定健診だより

令和6年度号

40～74歳 の国民健康保険にご加入の皆様へ

特定健診は、40歳～74歳の方を対象に実施する、生活習慣病の早期発見と予防を目的としたメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した健診です。

メタボリックシンドロームとは、内臓脂肪型肥満の状態にくわえ、高血圧、高血糖、脂質異常のいずれか2つ以上が重なった状態をいいます。

放置しておくとう動脈硬化が進行し、糖尿病の合併症や脳卒中、心臓病などの深刻な生活習慣病を引き起こすことがありますので、病気の早期発見や予防のために、毎年健診を受診していただくことが大切です。

特定健診は
無料です



滋賀県健康づくりキャラクター
『しがのハグ&クミ』

下記の日程で令和6年度の受診券を郵送します



年齢	受診券送付月	有効期限	受診方法
40～64歳 (生年月日) S35.4.1～S60.3.31	5月下旬ごろを 予定しています	令和6年12月27日	集団健診 または 医療機関での 個別健診
65～74歳 (生年月日) S24.9.30～S35.3.31		令和6年12月27日 (12月27日までに75歳になる 方は、お誕生日の前日まで)	医療機関での 個別健診

★年齢は令和6年度末（2025年3月31日）現在です。

★昭和24年9月30日以前生まれの方は、75歳以上の方が対象の「健康診査」を受診いただくことになり、受診券は5月下旬～6月上旬に送付します。ただし、6～9月生まれで年度中に75歳になる方は、誕生月の翌月末に送付します。

★集団健診の日程や受診できる医療機関名などの詳細は、受診券送付時にご案内します。

★今年度4月1日以降で5月中に甲賀市国民健康保険に加入された方は、特定健診の受診券を随時発送いたします（ただし、他の健康保険で特定健診を受診済の場合は国保では受診できません）。

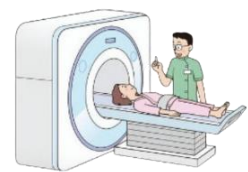
6月以降にご加入の方は、水口庁舎保険年金課または土山・甲賀・甲南・信楽の各地域市民センターに備え付けの「受診券交付申請書」をご提出いただいたうえで発送いたします。

人間ドック検診費助成制度について

人間ドックを受診される方には、人間ドック検診費の助成を行っています。

特定健診の検査項目をすべて含む人間ドックが対象で、助成の金額は検診費用の1/2（上限2万円。ただし、脳ドックを含む検診を受診される場合は上限3万円）です。人間ドックの受診日が決まったら、国民健康保険被保険者証・特定健診受診券（届いている場合）を持って、事前申請に来てください。

受診後は検診結果等の提出が必要です。人間ドック検診費の助成は一年度中に1回限りで、特定健診を受診された方は助成を受けることができません。詳しくは保険年金課までお問い合わせください。



特定健診にはこんなメリットが！

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）は内臓脂肪の蓄積に加え、高血糖、高血圧、脂質異常のうち2つ以上をあわせ持った状態を言います。

動脈硬化が進行しやすく、放っておくと、糖尿病の合併症や脳卒中、心臓病といった大きな後遺症を残す深刻な病気を引き起こします。

健診を受けない理由として「普段自覚症状を感じない、自分は健康」「なかなか時間が取れない…」など様々な理由が考えられますが、隠れている病気の早期発見と治療につながることはもちろん、結果が良ければそれを客観的に数値で知ることができ、決して健診を受けることが無駄ではありません。

特定健診は無料で受けることができます。ご自身の健康状態を知るためにも是非1年に一度の受診をお勧めします！

また、お勤め先などで健診を受けられた方は、お手数ですが、健診結果(写し)と質問票をご提出ください。

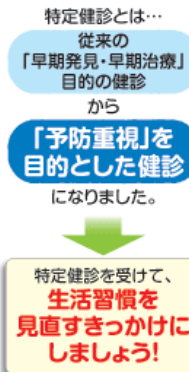
＜ご提出先＞水口庁舎保険年金課または土山・甲賀・甲南・信楽の各地域市民センター

特定健診を受けるメリット

特定健診を受けて、健康づくりに役立てよう!!



特定健診で生活習慣病の芽をつもろう!



特定保健指導をご利用ください！

特定保健指導とは、特定健診及び人間ドックの結果から、生活習慣病発症リスクが高く、生活習慣の改善による効果が大きく期待できると判定された方に対して行われる健康支援です。

特定保健指導は無料で管理栄養士による専門的なアドバイスを受けることができ、相談や質問ももちろん可能です。

対象となった方には随時特定保健指導の利用券とご案内を送付しています。

普段ご自身が感じておられる生活習慣や食生活などの疑問についてお気軽に相談していただける機会ですので、是非ご利用ください！



【お問い合わせ先】

甲賀市役所 市民環境部 保険年金課
電話：0748-69-2141（直通）