

1年に一度、
必ず受けよう!

特定健診



特定健診は、「**今の自分の健康状態を知る大事な機会**」です。
しかし、次のような理由で特定健診を受けない人がたくさんいます。
どんな理由でも受けなくてよい理由にはなりません。
ひとつずつ解決していきましょう!

理由1

忙しくて受診する時間がない

⇒健診は1年に一度、
それも半日～1日

理由2

健診を受けるお金がない

⇒宮建国保では特定健診
の受診費用が**無料**※

理由3

とくに具合の悪いところはない

⇒自覚症状がない生活習慣病
の早期発見を!

※全額助成の回数は年1回限り

特定健診の受け方

対象者

令和4年度(令和4年4月～令和5年3月)の特定健診対象者
➔ 昭和58年3月31日以前生まれの方

持ちもの

- ・特定健診受診券 (4月中旬以降、所属支部から配付)
- ・被保険者証



予約⇒受診

下記の3つの中から1つ選択して受診してください。

① 支部で実施する**団体健診**で受診する(所属支部へ申込)

<詳細は裏面参照>

➔ 特定健診コース・人間ドックコース・健康診断コースから選択可
人間ドック及び健康診断コースを受診する方は、一緒に特定健診を受診することになります。

特定健診コース…受診費用無料 人間ドック、健康診断コース…受診費用有料(特定健診分を除いた費用)

② 個人的に受診するⅠ

※掲載がない市町村は実施予定なし

(1) 県内の医療機関で受診(医療機関へ直接予約)

- ・宮建国保ホームページに「特定健診実施予定一覧表【個別健診】」を掲載します。(6月頃予定)

(2) 市町村(市民センターや公民館等)で実施する健診を受診(予約不要)

- ・宮建国保ホームページの「特定健診実施予定一覧表【集団健診】」を掲載します。(6月頃予定)
- ・お住まいの地区の広報誌等で健診日や実施場所を確認してください。

③ 個人的に受診するⅡ

宮建国保が契約している健診機関で受診(健診機関へ直接予約)

(1) (一財)宮城県成人病予防協会 ☎022-375-7113

中央診療所 : 仙台市青葉区中央 1-3-1 アエル 12 階

仙台循環器病センター 総合健診センター : 仙台市泉区泉中央 1-6-12

(2) (一財)杜の都産業保健会 ☎022-217-6678

一番町健診クリニック : 仙台市青葉区一番町 4-9-18 TICビル5階

健診項目

基本的な健診項目

- 質問票(服薬歴、喫煙歴等) ○身体計測(身長、体重、BMI、腹囲) ○血圧測定
- 検尿(尿糖、尿蛋白) ○理学的検査(身体診察)
- 血液検査 (・脂質検査(中性脂肪、HDL コレステロール、LDL コレステロール) ・血糖検査(空腹時血糖または HbA1c) ・肝機能検査(GOT、GPT、 γ -GTP)

詳細な健診項目 ⇒ 一定の基準の下、医師が必要と認めた場合に実施

- 心電図 ○貧血検査(赤血球、血色素量、ヘマトクリット値) ○眼底検査 ○クレアチニン(eGFR 含む)

その他

- ・ 受診時に提出する「**質問票**」には既往歴や生活習慣病の服薬状況等を記入していただきます。**よく読んで正しく記入してください。**(※既に生活習慣病の服薬をしているにもかかわらず、服薬していないと記入している方が多々見られます。)
- ・ 宮建国保から配付する**特定健診の受診券を使用せず**、かかりつけ医や勤め先の会社単位で**健康診断等を受診している方には、「健康診断結果票」と「質問票」の写しの提供をお願いしています。**
- ・ 受診券を紛失した場合は再発行しますので、ご連絡願います。

団体健診がおすすめです (表面：予約⇒受診①)

- 費用が安い ○受診コースが選択できる
- 支部によっては健診日を複数設け、土日も受診可 ○オプションで婦人科健診等も受診可

【 人間ドックコース 】

検査内容

身体測定、尿検査、血圧測定、視力測定、診察、胸部X線検査、胃部X線検査、聴力検査、眼底検査、貧血検査、心電図検査、肝機能検査、脂質検査、糖尿病検査、痛風検査、腎機能検査、膵機能検査、腹部エコー検査、大腸便潜血検査

自己負担額：**7,215 円(コース費用額 22,888 円)**

【 健康診断コース 】

検査内容

身体測定、尿検査、血圧測定、視力測定、診察、胸部X線検査、聴力検査、眼底検査、貧血検査、心電図検査、肝機能検査、脂質検査、糖尿病検査、腎機能検査

自己負担額：**880 円(コース費用額 11,273 円)**

※支部で実施する団体人間ドック等の受診申込・お問い合わせ等は、ご所属の支部へお願いします

健診後のサポート 特定保健指導

特定健診の結果により判定された対象者に、受診から約3ヶ月後、宮建国保から「特定保健指導利用券」が届きます。

特定保健指導の

費用は**無料**です

- 動機付け支援 …… 発症リスクがあり、生活習慣の改善が必要な人
- 積極的支援 …… 発症リスクが高く、生活習慣の改善が急がれる人

特定保健指導は、生活習慣病のリスクがあった人を対象に、専門家が一人ひとりに合わせて生活習慣の改善をサポートします。

これからも健康な生活を送るために、積極的に利用しましょう！