



特定健診検査項目

計測（身長・体重・腹囲）、血液検査（肝機能・脂質・糖・貧血・腎機能）、心電図、血圧測定、尿検査 ※該当者によって眼底検査あり

あなたへ おすすめの「特定健診」



待ち時間を短くしたい人



「**病院健診**」がおススメです。
このほか、「夜間・土曜早朝の予約制特定健診」も予定しています。



一度に色々な健（検）診を受けたい人



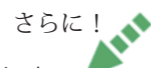
「**集団健診**」がおススメです。
各種がん検診や腹部超音波検診、骨粗しょう症検診などが受けられます。



職場で健康診断を受けたり、病院で定期受診をしている人は？



「**情報提供**」を行えば、市の「特定健診」を受ける必要はありません。



無料で「**追加検査**」を受診することができます。
※「追加検査」をすることができるのは「特定健診」の基本項目のみです。

※「情報提供」を希望する場合は、市健康保険課にご連絡ください。

40歳以上の国民健康保険加入者の皆さん

今年5月24日（金）から

特定健診が始まります！

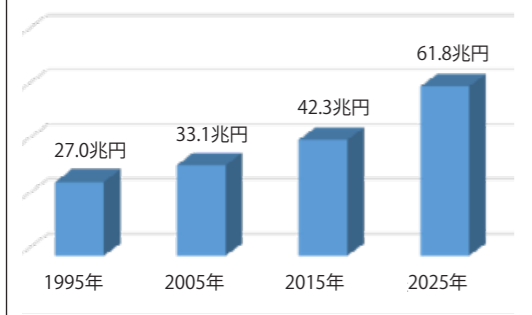
自分の健康状態を知るための「特定健康診査」（以下、「特定健診」）は、生活習慣を見直すきっかけとなります。また、生活習慣を改善し、健康を維持することは、医療費や介護サービス費の負担軽減にもつながります。

今年5月24日（金）から「特定健診」が受けられます。40歳以上の国民健康保険加入者の皆さん、年1回は「特定健診」を受けましょう！

市健康保険課 Tel 0994-35-1014



国民医療費の推移



※厚生労働省資料を基に作成

医療費は年々上昇しています
この10年間で、日本の高齢者数は1.3倍、国民医療費も1.3倍になり、団塊の世代が75歳以上になる2025年には、国民医療費の総額が61.8兆円になる見込みです。
このまま医療費が増加していくと、社会保障制度（健康保険制度）を保持することが困難になると予想されます。社会保障制度を維持するためにも、一人ひとりが健康を保つことがとても大切です。

年々増加する糖尿病患者

平成29年度の全国の糖尿病患者は、328万9,000人で過去最多となっており、日本人の成人の11人に1人は糖尿病患者と言われています。
なお、新規透析患者の約4割の人は、糖尿病が原因で透析を開始しています。
市内では、国民健康保険加入者のうち、514人（13%）が糖尿病治療中です。

糖尿病リスクが高い 鹿児島県の状況

- 糖尿病入院受療率=全国2位
 - 糖尿病外来受療率=全国6位
 - 特定健診結果
 - Hb A1c6.5以上=全国1位
 - Hb A1c8.5以上=全国2位
- ※平成27年5月診療費（鹿児島県保険者協議会調べ）

訪問看護師や地域の健康づくり推進員が、健診会場のお手伝いや地域での受診の勧奨を行っています！

私たち訪問看護師が、「特定健診」のご案内に訪問しています！



「特定健診」の流れ

ステップ1

特定健康診査受診券がご自宅に届きます。



ステップ2

「**集団健診**」か「**病院健診**」かを選択します。

※病院での健診を選んだ人は、事前に電話で予約しましょう。

◆「**集団健診**」

⇒会場は地域の公民館等です。がん検診と一緒に受けられます。
※日にちと会場が選べます。

◆「**病院健診**」

⇒市が指定する病院で受けられます。
健診日が選びやすいです。



▲受診できる病院一覧

ステップ3

「特定健康診査受診券」・「国民健康保険証」を持って、健診会場に行きます。



これがお得！

- ① 約1万円かかる特定健診料金が**無料**！
- ② **元気度アップポイント**が付与される！

※ポイントが貯まると、物品や現金に交換できます。

「特定健診」は健康寿命を延ばす健診です

日本人の死因や障がい要因として多いのは、心臓病・脳卒中など動脈硬化によって起こる病気や、糖尿病の合併症によるものです。市内でも死因の約3分の1が、これらの病気に起因しています。
暴飲暴食、睡眠不足、高ストレス

など、不健康な生活を続けていると、様々な病気を引き起しやすくなります。太っていない人でも、血圧や血糖、脂質などの値が高く、動脈硬化になっていることもあり、自覚症状が出る頃には、既に病気が進行しているということも少なくありません。
体の中の変化は、目で見ることができません。まずは、特定健診を受けて自分の体の状態を知りましょう。