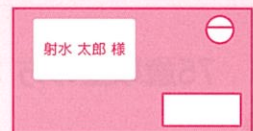


# 特定健康診査・健康診査・特定保健指導 利用の流れ

## 1 受診券が届きます

受診券を確認します。  
受診前に問診票を記入してください。



## 2 受診日を決める

### 「個別健診」で受診する場合

射水市内の指定医療機関（裏面参照）の中から受診する医療機関を選ぶ  
※予約の必要な医療機関は、直接電話で予約してください。

【受診期間】  
9月30日（土）まで

### 「集団健診」で受診する場合

※国民健康保険加入者のみ

下記の集団健診日程表の中から健診日を選ぶ

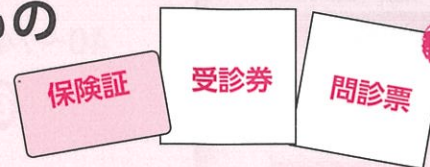
保険年金課へ電話(51-6628)またはインターネットで申込み



## 3 健診を受診する

【受診する際の注意事項】  
◎血液検査を正確に判定するため、できるだけ空腹の状態（食後約10時間経過）で受診ください。

### ● 持っていくもの



受診前に問診票の記入を忘れずに!!

### ● 検査項目 すべての方が受診する項目

#### 問診

質問票により健康状態や喫煙歴をお聞きします。

#### 身体計測

身長・体重(BMI)のほか、腹囲(おへそまわり)の計測を行います。

#### 理学的所見

(身体診察)

#### 血圧測定



#### 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)
- 肝機能検査(GOT(AST)、GPT(ALT)、γ-GTP)
- 血糖検査(ヘモグロビンA1c)
- 腎機能検査(クレアチニン)

#### 尿検査

(尿糖、尿たんぱく)

### ● 詳細な検査項目

※一定の基準のもと医師が必要と認めた場合に検査を実施します。

#### 心電図検査

#### 貧血検査

#### 眼底検査

※後期高齢者医療制度に加入の方は実施しません。

## 4 結果の説明

健診後、健診結果とメタボリックシンドロームの判定が通知されます。  
健診受診者全員に生活習慣病予防など健康づくりについて情報提供されます。

## 5 特定保健指導のご案内

健診結果から特定保健指導が必要な方に利用券を送付します。  
健診の結果、対象者には保健指導が実施されます。

生活習慣改善の必要性が高い順に

- 積極的支援
- 動機づけ支援

の対象となります。  
対象となった人は、生活習慣を見直すサポートを受けましょう。

## 特定健康診査（射水市国民健康保険に加入の方対象）は 集団健診も実施します

※集団健診以外の指定医療機関は裏面参照

### 要予約

健診日	会場・受付時間	特定健診	がん検診		
			結核・肺	胃	子宮・乳
10/28 土	射水市役所 8:30~10:30	○	○	○	○
11/2 木	救急薬品市民交流プラザ 8:30~10:00	○	○	○	○
11/7 火	高周波文化ホール 8:30~10:00	○	○	○	○
11/11 土	射水市役所 8:30~10:30	○	○	○	○
11/21 火	救急薬品市民交流プラザ 8:30~10:00	○	○	○	○
12/3 日	射水市役所 8:30~10:30	○	○	○	○
12/7 木	救急薬品市民交流プラザ 13:15~14:15	○	○	○	○

### 〈予約先〉

特定健診…保険年金課  
☎(0766)51-6628  
がん検診…保健センター  
☎(0766)52-7070

★インターネットで24時間いつでも予約ができます  
市ホームページ(「射水市特定健診」または「射水市がん検診」で検索)から確認してください。

こちらからもアクセスできます



【特定健診の予約】



【がん検診の予約】

どの回からでも参加できます♪  
※申込不要

## 身体すっきり教室(無料)

生活習慣病予防のため、運動習慣を確保したい方、ぜひご参加ください!

5回以上参加された方には景品をプレゼント♪

### 内容

日常生活の中で無理なくできる運動のご紹介

### 時間

13:30~15:00

### 持ち物

運動靴(内履き)  
タオル  
飲み物



実施日	会場
6/7(水)	ヨシダ大島体育館
7/5(水)	下村体育館
9/7(木)	大門総合体育館
9/29(金)	ビルト・プレイス歌の森体育館(旧小杉体育館)
10/13(金)	新湊アイシン軽金属スポーツセンター
11/8(水)	ヨシダ大島体育館
12/6(水)	下村体育館
1/19(金)	新湊アイシン軽金属スポーツセンター
2/15(木)	大門総合体育館
3/8(金)	ビルト・プレイス歌の森体育館(旧小杉体育館)

メタボリックシンドロームは、  
内臓脂肪型肥満に、  
脂質異常・高血圧・高血糖のうち、  
2つ以上が重なった状態です。  
脳卒中や心筋梗塞などの発症率が  
高くなります!

### ●個人情報保護に関して

特定健診(クレアチニン検査含む)・健康診査・特定保健指導の結果は保険年金課で管理し、保健指導等に活用します。

取扱いや管理は個人情報保護の観点から適切な対応を行います。

健診結果が特定保健指導の基準に該当した場合、特定保健指導のご案内のため、ご連絡を差し上げることがありますのでご了承ください。