

# 特定健康診査のご案内

特定健康診査は、糖尿病や高血圧症、脂質異常症などの生活習慣病の原因となるメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）を予防・早期発見することを目的とした健診です。

## 対象者

- 鈴鹿市国民健康保険に加入されている40～74歳の方  
（昭和23年9月1日～昭和59年3月31日生まれの方）  
妊産婦、障がい者支援施設や介護施設等の施設入所、長期入院、長期海外渡航者等は除きます。  
【受診時に鈴鹿市国民健康保険の資格を喪失されている場合は受診できません。】

## 実施期間

- 令和5年7月1日～11月30日 【受診できる回数は1回です。】  
特定健康診査実施期間中に75歳になる方は、誕生日前日が有効期限です。  
今年度、後期高齢者健康診査の受診券は交付されませんので、ご注意ください。

## 受診の流れ

### STEP

#### 1

### 医療機関を選び、申し込む

特定健康診査は、三重県内の実施医療機関で受診が可能です。

- ◆特定健康診査とがん検診を組み合わせる場合  
同封の市内実施医療機関一覧表で、実施している医療機関を確認しましょう。

### STEP

#### 2

### 健康診査を受診する

【持ち物】 鈴鹿市国民健康保険被保険者証・受診券・質問票

健診当日の流れ 所要時間約1時間※



※当日の状況により、所要時間や検査の順番が変更になる場合があります。

自己負担額が  
無料になりました

### STEP

#### 3

### 健診結果の通知

詳しい内容について、医療機関から直接説明を受けることができます。  
また、生活習慣病のリスクが高いと判定された方へ、別途特定保健指導の案内を送付します。

## 受診前の 注意事項

- 正確な健診結果を得るために空腹時に受診してください。  
検査結果への影響をさけるため、健診前10時間は、水以外の飲食物は摂らない状態で受診しましょう。午後に健診を受診する場合は軽めの朝食とし、水以外の飲食物は摂らない状態で受診しましょう。（服薬中の方は、主治医の指示に従ってください。）
- 検査前日は、アルコール摂取や激しい運動は控えてください。
- 鈴鹿市国民健康保険の資格を喪失後に受診された場合、健診費用を請求することがあります。届出日に関わらず、転出日及び社会保険や後期高齢者医療制度などの加入日当日から対象外になりますので、ご注意ください。

裏面も必ずお読みください。

## 健診の内容

### 健診項目



- ・ 診察・問診
  - ・ 身体測定  
(身長・体重・BMI・腹囲)
  - ・ 血圧測定
  - ・ 検尿  
(尿糖・尿潜血・尿たんぱく)
  - ・ 心電図
  - ・ 眼底検査 (健診結果等において、一定の基準に該当し、医師が必要と認めた場合に実施)
- ・ 血液検査
    - ・ 脂質検査 (中性脂肪・HDLコレステロール・LDLコレステロールまたはnon-HDLコレステロール)
    - ・ 血糖検査※ (空腹時血糖またはHbA1c検査<NGSP値>、やむを得ない場合は随時血糖)
    - ・ 肝機能検査 (GOT (AST)・GPT (ALT)・γ-GT (γ-GTP)・アルブミン)
    - ・ 腎機能検査 (BUN (尿素窒素)・血清クレアチニン・eGFR)
    - ・ 尿酸代謝検査 (尿酸)
    - ・ 貧血検査 (赤血球・ヘモグロビン・ヘマトクリット)

※ 糖尿病の重症化予防のため、鈴鹿市独自の追加項目として、血糖検査については血糖・HbA1c検査を両方実施いたします。鈴鹿市・亀山市・四日市市・三重郡・津市の実施医療機関で受診の場合のみ、実施されます。その他の市町、一部の医療機関では追加健診項目にはなりませんのでご注意ください。

◆受診勧奨コールセンター (☎0568-44-0244) から、電話で特定健康診査のご案内をさせていただく場合があります。例年、秋は混雑しますので、早めに健診を受けましょう。

### 勤務先等で健診を受診された方へ

今年度内に受診された健診結果が出た方は、①質問票 (ご記入願います。)、  
②健診結果のコピーの2点を保険年金課へご提出ください。  
返信用封筒もご用意しておりますので、保険年金課 (☎382-9401) までご連絡ください。



### 風しんの抗体検査について (風しん抗体検査実施医療機関において、同時実施が可能です！)

昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性は、鈴鹿市地域医療推進課から送付されたクーポン券を特定健康診査受診時に持参されると、風しんの抗体検査を同時に無料で受けることができます。

詳細はクーポン券に同封されているチラシ、鈴鹿市ホームページをご覧ください。

### 感染症対策にご協力ください



- 受診時に風邪症状 (発熱、咳、呼吸困難、全身倦怠感、咽頭痛、鼻汁、鼻閉、頭痛) や関節・筋肉痛、下痢、嘔気、嘔吐、味覚障害、嗅覚障害のある方は、受診をお控えください。
- 新型コロナウイルス感染症にかかった場合、10日間が経過するまでは、検 (健) 診のための受診はお控えください。

★特定健康診査・特定保健指導に関するお問い合わせは

鈴鹿市保険年金課 (☎382-9401・FAX 382-9455)

★風しんの抗体検査に関するお問い合わせは

鈴鹿市地域医療推進課 (☎382-9291・FAX 384-5670)