

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24年9月1日～昭和60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6年7月1日（月）～**12月28日（土）※**【受診できる回数は1回です。】

※受診券の有効期限は11月30日と記載されていますが、鈴鹿市では実施期間を延長します。

- ・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。
- ・例年、秋は混雑しますので、早めに健診を受けましょう。

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。

ただし、12月1日以降の受診は、市内の実施医療機関に限ります。

STEP 2

健康診査を受診する

【持ち物】①鈴鹿市国民健康保険被保険者証またはマイナ保険証*

*保険証の利用登録を行ったマイナンバーカード

②受診券

③質問票

無料で
受けられますよ!!



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。

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。

裏面も必ずお読みください。

検査項目

身体測定

身長・体重から肥満度を調べます。



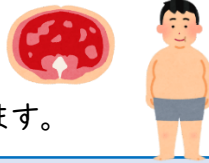
心電図

心臓の動きを調べます。



腹囲測定

おへそ周りを測り、
内臓脂肪の蓄積を調べます。



検尿

タンパクや糖など、
尿中の成分を調べます。



血圧測定

血圧から循環器系の
状態を調べます。



診察・問診

現在の健康状態や
生活状況などを確認します。



血液検査

血液から貧血の有無やコレステロール、肝臓や腎臓機能などを調べます。
血糖検査では、ヘモグロビンA1c（最近1～2か月の血糖値の状態）、
空腹時血糖（随時血糖）を調べます。



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）

* はがき等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。

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。

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、健診結果の提出にご協力ください。

- 【提出物】** ①同封の質問票（ご記入いただきますようお願いいたします。）
②健診結果のコピー



郵送の場合は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。

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、健（検）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）