

平成31年度 高知市国保特定健康診査(特定健診)のご案内

40歳～74歳の方を対象とした「特定健診」は、「メタボリックシンドローム(通称:メタボ・内臓脂肪症候群)」をはじめとする生活習慣病の早期発見・早期予防を目的とした健診です。

一年に一度の
ポティチェック!!



特定健診の 受け方は...

受診期間：平成32年(2020年)3月31日(火)まで

① 受診券が届く

対象の方に、受診券(31年度は黄色)が届きます。(水色の封筒)
※特定健診実施医療機関一覧が同封されています。

② 受診予約をする

特定健診実施医療機関へ、事前に申し込みをして下さい。



③ 受診する

☆特定健診受診券
☆国民健康保険証
☆問診票
が必要です。
※自己負担金は無料です



④ 健診結果が届く

健診受診後、通常約2か月で、健診結果がお手元が届きます。



健診項目

※人間ドックとのセット受診や集団健診にも受診券が必要です

基本項目	身体計測	身長
		体重
		BMI(体格指数)
		腹囲
	身体診察	医師による診察
	血圧	収縮期血圧
		拡張期血圧
	脂質	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
肝機能	AST(GOT)	
	ALT(GPT)	
	γ-GT(γ-GTP)	
糖代謝	HbA1c (ヘモグロビンエーワンダー)	
	尿糖	
腎機能	尿蛋白	
追加項目	腎機能	クレアチニン *詳細項目として実施しない方 尿酸
詳細項目	貧血	一定の基準に該当した方について医師の判断等に基づき実施
	心電図	
	眼底	
	クレアチニン	

健診結果について

健診結果の見方などのご相談は、
保険医療課 管理係TEL(823-9358)へご連絡下さい。
また、健診結果に応じて、保険医療課 管理係からご連絡する場合があります。

「人間ドック」を受けられる方へ

人間ドックと特定健診をセットで受診すると、人間ドックの検査項目のうち、特定健診部分が無料となります。
※「人間ドック+特定健診」セットで受診可能な医療機関については同封の実施医療機関一覧をご覧ください。

人間ドック

人間ドックにはさまざまな検査項目があり、通常数万円の自己負担が必要です。

特定健診の検査項目

=無料

特定健診には無い検査項目

=自費

(費用は実施機関にご確認ください。)

毎年受けないといけないの?



だから受けよう特定健診!



健診を毎年受けることで、正常値の範囲でも年々異常値に近づいている項目に気付いたり、急な異常に気付いたりすることもできます。毎年受けて、自分の体の変化を見ていきましょう。

生活習慣病は自覚症状なく進行して、重症化すると心筋梗塞や脳卒中、腎不全を起こします。だから特定健診を受けて、血圧、血糖値、尿酸値等を調べて早期発見することが大切です。

自分の体に合わせた健康づくりに取り組んでみませんか?
また、かかりつけ医を持つことも、健康管理の第一歩です。

【問合わせ先】 受診券発行に関して ⇒ 高知市 保険医療課 給付係 ☎823-9359
保健指導に関して ⇒ 高知市 保険医療課 管理係 ☎823-9358