



# 日々の健康のために

## 健診を受けてみませんか？

通常のコストが約 9,000 円の健診が

**無料**で受診できます

(年度に1回)

受診時間は約1~2時間



「メタボリックシンドローム(通称:メタボ)」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康診査です。

今は健康でも、健診を受けずにいると気づかないうちに、あなたの大切な健康が損なわれているかもしれません。この機会に、自分の健康状態をチェックしましょう。

### **【対象者】40歳以上(昭和59年4月1日以前生まれ)**

生活保護等受給中で社会保険に加入していない方

※ 社会保険加入者は対象外ですが、年度途中で社会保険を脱退した場合は対象となります。

申し込み方法

健康増進課へ電話でお申し込みください。

※受診までの流れは裏面に掲載

健診実施期間

令和5年4月1日~令和6年3月31日  
(年度に1回限り)

費用

無料



健診の申込み・お問合せ先:高知市保健所 健康増進課

Tel 088-803-8005 Fax 088-823-8020

## 健診項目

- ◆診察(問診・身体診察) ◆身体測定
- ◆血圧測定 ◆尿検査(尿糖・尿蛋白)
- ◆血液検査(血中脂質検査・肝機能検査・腎機能検査・尿酸検査・血糖検査)



## 健診が終わったら

1か月半～2か月程度で健診結果が届きます。健診結果を確認し、生活習慣改善の参考にしましょう。メタボなどによる生活習慣病のリスクが高いと判定された方には、保健師や栄養士が生活習慣についての相談をお聞きします。



※この健診は「高知家健康パスポート」のヘルシーポイント（ピンク）の対象となります。

## 健診申込み～受診の流れ

- ①健康増進課(Tel:088-803-8005)へ電話で申し込む。  
(生活保護等受給中であること等を伝える)

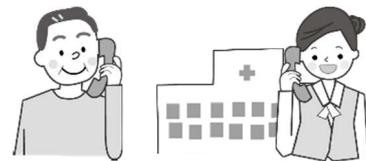


- ②健康増進課から申込者に  
「健診受診券発行依頼書兼同意書」が届く。

- ③届いた「健診受診券発行依頼書兼同意書」に必要事項を記入し、返送用封筒にて健康増進課に送る。



- ④健康増進課から下記の書類が届く。  
○健康増進法に規定する健康診査受診券  
○問診票 ○実施医療機関一覧 等



- ⑤実施医療機関一覧を見て、  
医療機関を選び電話で予約する。

わたしの健診日は ____月____日
場所は _____

メモしておきましょう

- ⑥予約日に受診券・問診票を持って、医療機関を受診する。



- ⑦受診後、1か月半～2か月程度で健診結果が届きます。