３　健診結果・特定保健指導について

特定健診を受診されますと、メタボリックシンドロームの基準をもとに『情報提供』『動機付け支援』『積極的支援』のいずれかの特定保健指導判定結果が出ます。

【情報提供のかた】

健診結果を郵送しますので、ご自身の健康状態をご確認ください。生活習慣やその改善に関する基本的な情報を提供します。

【動機付け支援・積極的支援に該当されたかた】

健診結果や生活習慣の改善等について特定保健指導を受けていただきます。特定保健指導の詳細については、健診受診後に郵送にてご案内します。

≪個人情報保護に関して≫

特定健診や特定保健指導の実施結果の情報は瑞穂市で保存し、保健指導やその他の健康増進事業（例：血糖コントロール教室など関連する講座等）などに活用します。取扱いや管理は、個人情報保護の観点から適切に対応を行います。ご了承のうえ受診ください。

瑞穂市特定健診実施機関一覧表

必ず問診票を記入してから
受診してください！！！

特定健診の受診は、基本的に午前中となります。
それ以外の時間帯の受診を希望される場合は、それぞれの医療機関にご相談ください。

健診実施機関名	住　所	電話番号
明石クリニック	馬場上光町１丁目１０６番地	０５８－２０１－１３１１
国枝医院	牛牧８０１番地１	０５８－３２７－２８３５
さくらクリニック	稲里６８９番地３	０５８－３２５－０５７０
サンシャインM&Dクリニック	本田１７４番地１	０５８－３２９－５５２２
高木クリニック	古橋１０７５番地１	０５８－３２８－５５７７
所内科医院	別府２３１番地	０５８－３２７－３７７３
名和内科	重里２００５番地	０５８－３２８－３３１１
広瀬内科クリニック	別府１０７４番地	０５８－３２６－７７７３
福田内科医院	本田１０１７番地１	０５８－３２７－０７２１
みずほクリニック	本田５５６番地１	０５８－３２７－５２５２
吉村内科	別府１２９７番地	０５８－３２７－００２０
若園医院	唐栗２７３番地	０５８－３２８－２０２１

※医療機関によっては予約が必要な場合があります　　※５０音順に記載しています

瑞穂市国民健康保険

特定健康診査（特定健診）

40 歳～74 歳の瑞穂市国保加入者のみなさまへ

必ず問診票を記入してから受診してください！！！

健康診査・保健指導で生活習慣病の予防を！

（医療機関で治療中の方も対象です！）

特定健診は、メタボリックシンドローム・生活習慣病の発症リスクの確認・重症化予防を目的とした健診です。生活習慣病は、自覚症状がないまま進行しますが、生活習慣の改善で予防・改善できます。

この機会に自身の健康状態を確認し、食・生活習慣の見直しに役立てましょう。

≪特定健診の受診にあたって≫

★受診券が送付されても、次の要件に該当されたかたは受診できませんのでご注意ください

① 健診を受診する時点で、国保の資格を喪失しているかた
② 妊娠されているかた
③ 養護老人ホーム又は特別養護老人ホーム等に入所されているかた
④ 長期入院されているかた
⑤ 刑事施設に入所されているかた
⑥ 海外在住のかた
⑦ 同一年度内に「瑞穂市人間ドック等費用助成制度」をご利用されるかた
（人間ドック費用の 1/2 の額（※上限額あり）を助成するものです。）

≪問い合わせ≫

特定健診全般について・・・医療保険課　℡ ０５８ - ３２７ - ４１５９
特定保健指導について・・・健康推進課　℡ ０５８ - ３２７ - ８６１１

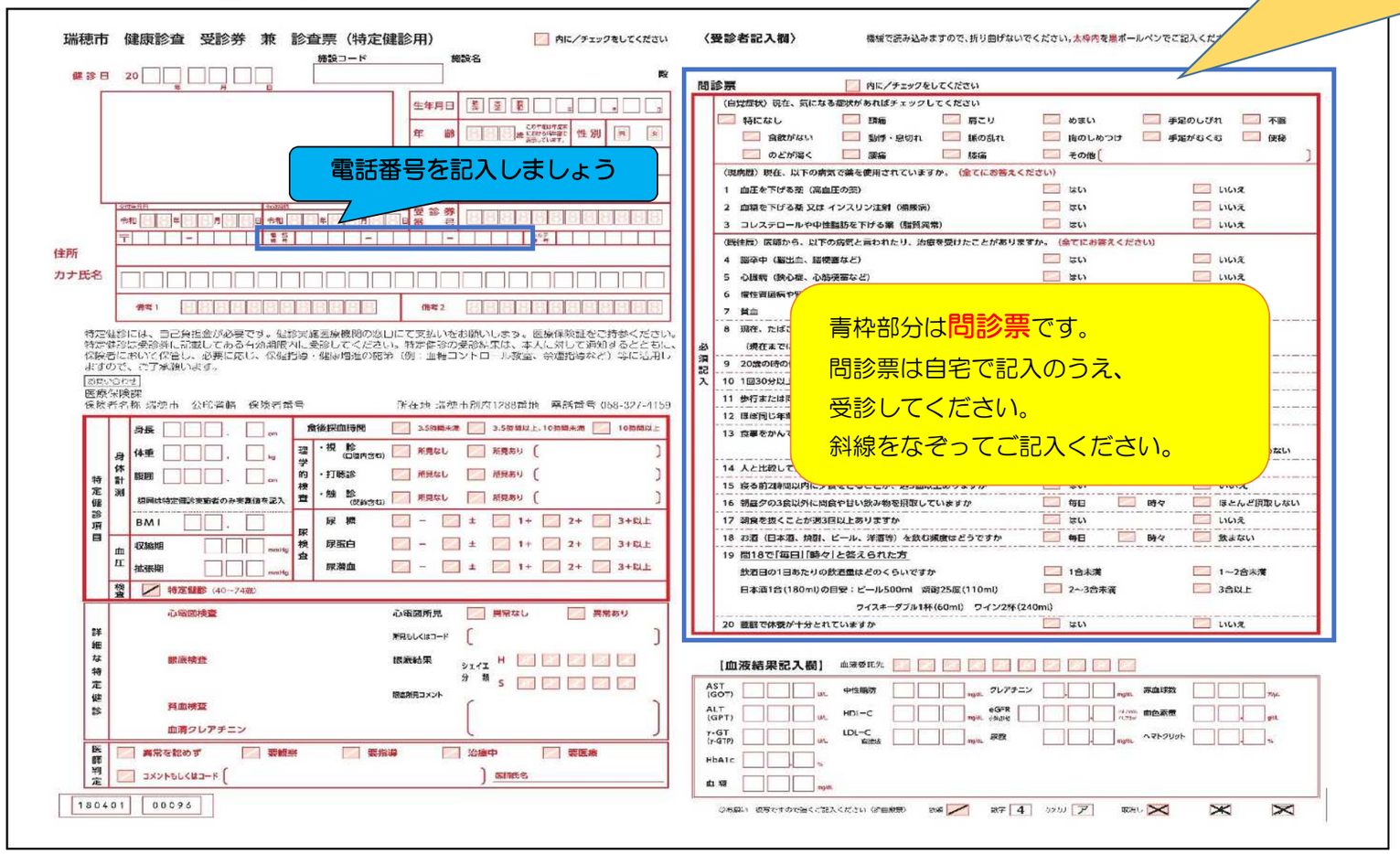
≪特定健診のながれ≫

1　受診券が届く

※受診券に「電話番号」を記入しましょう

瑞穂市医療保険課から４０～７４歳の国保加入者のかたに「瑞穂市特定健診受診券」をお送りしています。受診券の氏名・生年月日・有効期限などをご確認ください。

必ず問診票を記入してから受診してください！！！



◎特定健診の検査項目

（メタボリックシンドローム対策を重視したものになります）

［特定健診の基本的な項目］

- ●問診票（服薬歴、喫煙歴など）
- ●身体測定（身長、体重、ＢＭＩ、腹囲）
- ●理学的検査（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）
  - ・血糖検査（空腹時血糖及びヘモグロビンＡ１ｃ）
  - ・肝機能検査（ＡＳＴ、ＡＬＴ、γ－ＧＴ）
- ●尿検査（糖、蛋白）

［その他の検査項目］

- ●尿潜血
- ●尿酸
- ●腎機能（血清クレアチニン）

［特定健診の詳細な検査項目］

- ●心電図検査
- ●眼底検査
- ●貧血検査（赤血球数、血色素量、ヘマトクリット値）

2　特定健診の受診

市内の指定医療機関（「瑞穂市特定健診実施医療機関一覧表」参照）で特定健診を受診してください。

◎健診の期間

７月１日～ ９月３０日

◎健診時に必要なもの

◇国民健康保険の保険証　　◇特定健診の受診券兼診査票

◇自己負担金　１,０００円

◎特定健診を受けるときの注意点

◇脂質検査と血糖検査に影響を及ぼすため、健診前の１０時間は、飲み水以外の飲食物を摂取しないでください。また、アルコール類は、前日から摂取しないでください。

◇原則午前中の診療時間内に受診してください。

◇受診前にご自身の体温測定と健康チェックをお願いいたします
健診当日、発熱等の体調不良がある場合には受診をお断りさせていただくことがありますのでご了承ください。