

# 特定健康診査・特定保健指導のご案内



～特定健康診査 受診率向上キャンペーン～  
ギフト券がもらえるチャンス！

	対象者	手続き	当選者	内容
1	初めて健診を受ける40～42歳の方(6～8月受診者限定) ☆昭和56年4月1日～昭和59年3月31日生まれの方	不要	全員	2,000 円分
2	6～8月の特定健康診査受診者※		抽選で200名※	
3	人間ドックや勤務先の健診結果を市へ提供した方 (詳細について、必ず4ページでご確認ください。)	必要	全員	1,000 円分

※当選者の発表は、ギフト券の発送をもって代えさせていただきます。発送は令和6年1～4月頃の予定です。

## 1. 特定健康診査とは

生活習慣病(心筋梗塞や脳卒中、糖尿病等)の発症や重症化を予防することを目的とした健診です。

一年に一回の健康習慣として、必ず受診しましょう。

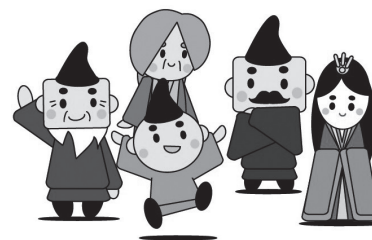
## 2. 実施期間

令和5年6月1日(木)～8月31日(木)まで

通院中の方も  
利用できるぞよ

## 3. 対象者

昭和23年9月1日～昭和59年3月31日生まれで  
茅ヶ崎市国民健康保険に加入している方



《特定健康診査の対象外となる方》

・受診当日、茅ヶ崎市国民健康保険の資格を喪失している方(さかのぼりでの資格喪失を含む)


※万が一受診された場合は、全額自己負担となり、差額費用をお支払いいただきます。社会保険等に加入の予定がある場合は、ご注意ください。

・妊産婦、6か月以上の長期継続入院者、海外在住者、施設入所者(養護老人ホーム、特別養護老人ホーム、介護保険施設、障害者支援施設など)に該当の方

### 【お問合せ先】

茅ヶ崎市役所 保険年金課 給付担当 電話:0467-81-7155

#### 4. 受診料

	対象者	受診料
1	40～64歳の方(昭和34年4月1日～昭和59年3月31日生まれ)	1,500円
2	65歳～74歳の方(昭和23年9月1日～昭和34年3月31日生まれ)	500円
3	<b>市民税非課税世帯の方</b> (世帯の全員が課税されていない方) ※事前に保険年金課へ電話(0467-81-7155)、窓口、電子申請(右側の二次元コード)のいずれかで申請が必要。 ※受診券の発送には約一週間かかります。通常の受診券で受診した場合、後日の払い戻しはできません。	<b>受診料免除</b>  電子申請は8/13まで

#### ●肺がん・大腸がん検診は、特定健康診査と同時受診で“お得”に！！

肺がん検診(X線撮影)	700円
大腸がん検診(検便検査)	600円

★通常1,000円  
のところ



※各種がん検診の詳細は、別紙「おとなの検診のご案内」をご確認いただくか、茅ヶ崎市保健所健康増進課(0467-38-3331)までお問い合わせください。

#### 5. 検査項目

##### (1) 基本項目

検査項目	検査内容		
問診	服薬歴及び生活習慣の状況に関する質問等		
身体診察	視診、触診		
身体計測	身長、体重、腹囲計測、BMI		
血圧測定	血圧(収縮期/拡張期)の測定		
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	
	肝機能検査	GOT(AST)、GPT(ALT)、 $\gamma$ -GTP( $\gamma$ -GT)	
	血糖検査	空腹時血糖またはHbA1c	
	腎機能検査	クレアチニン	※国の基本項目に入っていませんが、茅ヶ崎市では必須としています。
	痛風検査	尿酸	
尿検査	尿糖、尿たんぱく		

##### (2) 詳細項目(※国の基準を満たし、医師が必要と認めた方が対象)

貧血検査、心電図、眼底検査

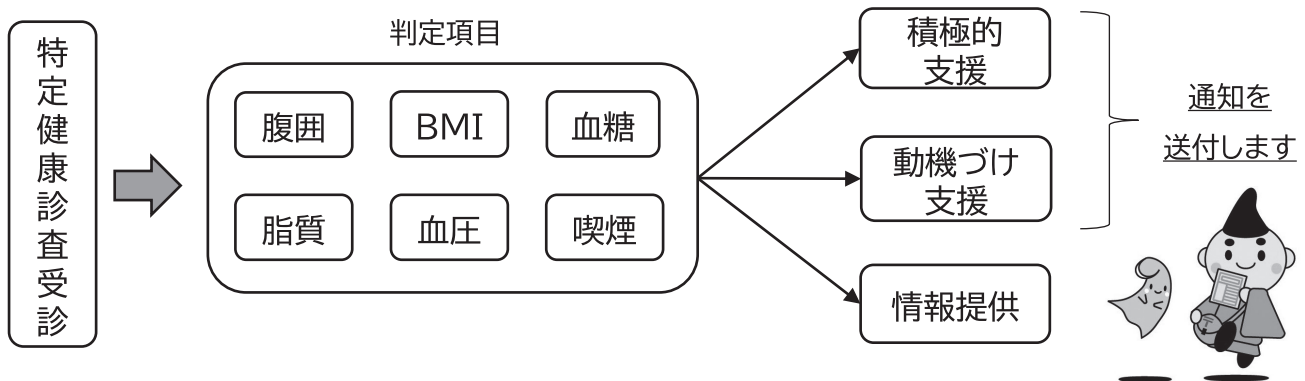
## 6. 特定保健指導について

特定健康診査を受診された結果、メタボ※やその予備重と判定された場合は、特定保健指導の対象となり、10月～3月に市から通知をお送りします。

特定保健指導では、医師や管理栄養士、保健師があなたの健康づくりと一緒に考えます。通知が届いた方は、特定保健指導を受け、5年後も10年後も元気に過ごせる健康習慣を身につけましょう！



※メタボとは、メタボリックシンドロームの略です。過剰な内臓脂肪が原因で、生活習慣病（心筋梗塞や脳卒中、糖尿病等）の危険性が高い状態のことを言います。



### 《予告!》「健診結果説明会」

～健診を受けた後、放置していませんか?～

詳細については、各医療機関で結果をお返す際にご案内します。  
ぜひご参加ください!

## 7. Q&A ～よくあるご質問～

### Q1: 眼底検査って何ですか?

A1: 眼底検査とは、眼底カメラ等を使い、眼底（眼の奥）の血管を調べる検査です。眼底の血管は、全身の血管の状態を反映するため、高血圧や動脈硬化を見つける手がかりとなります。視力検査とは異なります。

### Q2: 8月31日までに75歳になる家族がありますが、健診を受けることができますか?

A2: 令和5年8月31日までに75歳を迎えられる方は、「特定健康診査」ではなく、「健康診査」の対象となり、8月下旬に保健所から案内が送付されます。詳細は、茅ヶ崎市保健所健康増進課（0467-38-3331）までお問い合わせください。

## 8. 注意事項

- ・特定健康診査を受診されていない方には、受診勧奨のため、再度通知を送付させていただく他、委託業者から電話をさせていただく場合があります。ご了承ください。
- ・提供された健診結果は、神奈川県国民健康保険団体連合会で点検される他、国への実施結果報告として匿名化され、部分的に提出されます。



人間ドックや勤務先の健診を受ける方へ  
～ギフト券のチャンス！！～

市の特定健康診査を受けずに、人間ドックや勤務先の健診を受けられた方は、ぜひ健診結果を市へお知らせください。特定健康診査と同等以上の健診結果を市へ提供していただくと、ギフト券“1,000円分”を贈呈します！

(1) 申請の要件

- 令和5年度の市の特定健康診査の対象であること
- 令和5年度の市の特定健康診査を受けていないこと
- 健診・人間ドック等の受診日に茅ヶ崎市国民健康保険の資格があること
- 受診日が令和5年4月1日～令和6年3月31日であること



(2) 申請に必要なもの

申請に必要なもの	窓口の場合	郵送の場合
特定健康診査受診券	原本	
(国民健康保険証) ※受診券がない場合のみ提出	原本	コピー
健診結果【下記の基本項目を満たすもの】 ●受診者名、受診日、受診医療機関名 ●身体計測(身長、体重、腹囲計測、BMI) ●血圧測定(収縮期血圧/拡張期血圧) ●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)、肝機能検査(GOT(AST)、GPT(ALT)、γ-GTP(γ-GT))、血糖検査(空腹時血糖またはHbA1c)、尿検査(尿糖、尿たんぱく) ※クレアチニン、尿酸の検査は必須ではありません。	コピー (原本でも可)	コピー
特定健康診査票【左側の赤枠内を全て記入したもの】 ※質問項目の回答についても、必ずご記入ください。	原本	

(3) 申請の方法

郵送または保険年金課窓口まで持参【令和6年3月31日“必着”】

○郵便:〒253-8686 茅ヶ崎市茅ヶ崎1-1-1 茅ヶ崎市役所 保険年金課 給付担当

○窓口:茅ヶ崎市役所本庁舎1階 保険年金課<平日8:30～12:00/13:00～17:00>

※1月は窓口が大変混み合うため、お待たせしてしまうことがあります。1月以外の提出にご協力ください。

(4) その他

健診結果から特定保健指導の対象と判定された場合は、特定保健指導を受けることができます。特定保健指導の通知が届いた場合は、必ず受けて生活習慣を改善しましょう。また、提供された健診結果は、神奈川県国民健康保険団体連合会で点検されることがある他、国への実施結果報告として匿名化され、部分的に提出されることがありますので、ご了承ください。

【お問合せ先】

茅ヶ崎市役所 保険年金課 給付担当 電話:0467-81-7155