



特定健康診査のご案内

問／保険年金課 内2624～6 ☎463-0283

費用は無料!!

今年の**特定健康診査の受診**はお済みですか？12月31日まで朝霞地区4市の医療機関で健康診査を実施中です。

※実施期間は、12月31日までとなっていますが、年末のため終了日は医療機関によって異なりますのでご了承ください。
受診の際には、「特定健康診査受診券」と「国民健康保険被保険者証」が必要です。

※受診券を紛失された方や5月1日以降に転入、新規加入された方で受診を希望される方はお申し出ください。

◆**健診結果の提出のお願い**◆ 朝霞市国民健康保険の特定健康診査受診券が送付された方で、職場などの健康診断を受けた場合は、保険年金課へ健診結果(写し)の提出をお願いします。 **提出方法**／保険年金課の窓口へ直接提出



特定保健指導のご案内

特定健康診査受診後に『**特定保健指導利用券**』が届いた方
ご自身の健康を守るため、**特定保健指導**を申し込みましょう！

問／健康づくり課(保健センター内) ☎465-8611

健診結果は
「異常なし」なのに、
なぜ自分に…？



市では、特定健康診査の結果、「動機づけ支援」「積極的支援」と判定されたメタボリックシンドローム予備軍・該当者の方を対象に、特定保健指導をご案内しています。検査数値が上がりはじめた時に、ご自身の生活習慣を見直してみませんか？ぜひ、特定保健指導をご利用ください。

特定健康診査の結果

異常なし

保健指導の必要はありません。自分自身で生活習慣に気をつけ、年に1回は健診を受けましょう！

動機づけ支援

生活習慣の改善が必要です。

積極的支援

生活習慣の改善を積極的に
行つ必要があります。

要医療

医師の指示に従いながら、
生活習慣の改善に取り組み
ましょう。

特定保健指導の対象者です

個別に案内が届きます

動機づけ支援の方には

「ウエスト・すっきり相談・教室」

積極的支援の方には

「グッバイ・メタボ教室」

※電話だけでなく、案内に同封されたハガキでも申し込むことができます。