

特定健康診査 人間ドック検診 受診の手引き



けんこう大使
©むさしのフロントあさか

新型コロナウイルス感染症の影響により、予約開始日や実施期間等変更となる場合があります。

令和2年度

予約開始日

令和2年6月1日(月)から
各実施医療機関で予約を受付けています。

健診期間

令和2年7月1日(水)～
令和2年12月31日(木)
実施日及び内容等については、医療機関へ直接お問い合わせください。

対象者

特定健康診査を受診できる方

朝霞市国民健康保険に加入しており、今年度中(令和3年3月31日まで)に40歳になる方から74歳までの方

人間ドック検診を受診できる方

朝霞市国民健康保険に加入しており、受診日時点で35歳から74歳までの方

※特定健康診査を受診される時点で朝霞市国民健康保険の資格を喪失した場合(他の保険に加入された場合等)は、対象となりません。

※受診は年度1回限りです(右記①～④のうち1つ)。2回目以降の受診は全額自己負担となります。

※特定健康診査を受診される時点で75歳になる方は、後期高齢者医療制度での受診となります。

後期高齢者医療の問合せ: 高齢者医療係
☎048-463-1928(直通)

無料で健康診査を受けたい方

①～④のうちご自身にあった受診方法を選んでください

① 特定健康診査

費用 無料

朝霞市・志木市・和光市・新座市の実施医療機関で受診できます。

有料でより詳しい検査を受けたい方

② 人間ドック検診

A 朝霞市内の実施医療機関で受ける方

費用 自己負担金 10,000円

B 志木市・和光市・新座市の実施医療機関で受ける方

費用 自己負担金 10,000円

※保険年金課にて必要書類を受け取り、受診してください。

C A・B以外の人間ドック検診を全額自己負担で受ける方

費用 支払った金額に応じて補助

※受診日から起算して1年以内に保険年金課へ申請してください。

職場等で健診を受ける方

③ 職場等の健診を受けたため国保の健診は受けられない方

健診結果の提出をお願いします

健診結果を提出いただいた方にはクオカード500円分を差し上げます。(先着順)

※受診日から起算して1年以内に保険年金課へ申請してください。

平日病院に行けない方

④ 総合健診

朝霞市役所にてがん検診と合わせて受診

**費用 特定健康診査: 無料
がん検診: 有料**

※土日の開催です。
※詳細は8ページをご覧ください。

受診の流れ

特定健康診査・人間ドック検診についてのお問合せは
保険年金課 ☎048-463-1178

検査項目

特定健康診査(無料)

- 問診
- 計測(身長、体重、BMI、腹囲)
- 血圧測定
- 血液検査
 - ・ 脂質検査(中性脂肪、HDL・LDLコレステロール)
 - ・ 肝機能検査(AST(GOT)、ALT(GPT)、γ-GT(γ-GTP))
 - ・ 血糖検査(空腹時血糖、ヘモグロビンA1c)
 - ・ 腎機能検査(クレアチニン、eGFR、尿酸)
 - ・ 貧血検査(赤血球数、色素量、ヘマトクリット値、白血球数、血小板数)
- 尿検査(尿糖、尿蛋白、尿潜血)
- 心電図検査
- 眼底検査(医師の判断により実施します。)

特定健康診査は約13,000円相当の検査内容です。

特定健康診査(無料)と各種がん検診(5ページ参照)を組み合わせると人間ドック検診に相当する検査が受けられます。

人間ドック検診(有料)

+ 人間ドック検診では、以下の項目が追加されます

- 視力検査
- 脈拍
- 血液検査
 - ・ 脂質検査(総コレステロール)
 - ・ 腎機能検査(BUN)
 - ・ 肝機能検査(蛋白分画、LDH、ALP、総蛋白)
 - ・ その他の血液検査(アミラーゼ、CPK)
- 尿検査(ウロビリノーゲン)
- 消化器検査(X線検査(バリウム)または内視鏡検査いずれか選択可能)
- 胸部レントゲン検査
- 便潜血反応検査

人間ドック検診は約40,000円相当のより詳しい検査内容です。

※腹部超音波検査(エコー)等については、別途料金(自己負担)となります。医療機関によって取扱いが異なりますので、ご希望の方は直接医療機関へお問い合わせください。

申込方法

① 特定健康診査

実施医療機関一覧から医療機関を選び、直接電話で申込みをしてください。

実施医療機関について

- 市内: 6～7ページ
- 志木市・和光市・新座市: 窓口・電話問合せのほか市ホームページで確認できます。

A 朝霞市内の実施医療機関で受ける方

6～7ページから医療機関を選び、直接電話で申込みをしてください。

B 志木市・和光市・新座市の実施医療機関で受ける方

医療機関に申込み後、保険年金課にて必要書類を受け取ってください。

(郵送も可能ですが、期間に余裕を持ってご連絡ください。)

C A・B以外の人間ドック検診を全額自己負担で受ける方

③ 職場等の健診を受けたため国保の健診は受けられない方

健診結果の提出をお願いします

先着順でクオカード500円分を差し上げます。(年度1回限り)

④ 総合健診

申込みが必要です

詳細は8ページをご覧ください。

持参する物

- 保険証
- 特定健康診査受診券(同封しているうすオレンジ色のA4サイズ用紙)

- 保険証
- 特定健康診査受診券(同封しているうすオレンジ色のA4サイズ用紙)
- 自己負担金(10,000円)

※35歳～39歳の方には、郵送はされません。

- 保険証
- 特定健康診査受診券(同封しているうすオレンジ色のA4サイズ用紙)
- 自己負担金(10,000円)
- 必要書類(保険年金課にて配布)

※35歳～39歳の方には、郵送はされません。

申請が必要です

詳細は4ページをご覧ください。

申請が必要です

詳細は4ページをご覧ください。

ご案内や予約日時を記した問診票等が市から届きますので、当日持参するものをご確認ください。

結果を確認する・特定保健指導を受ける

受診した医療機関から健診結果を受け取り、説明を受けます。昨年度と比べて、健診結果がどう変化したか確認しましょう。

異常なし 異常なしだからと油断しないで、今の生活習慣を維持しましょう。

要治療・要精検・要再検 生活習慣病は気づかぬうちに進行します。自覚症状がなくても必ず受診しましょう。

健診結果に応じた保健指導

健診結果から食事や運動など生活の見直しが必要とされる方には、個別に案内が届きます。

特定保健指導

動機付け支援 メタボのリスクが出てきた人

積極的支援 メタボのリスクが高い

対象となった方

管理栄養士や保健師等が、食事や運動等の生活習慣を振り返り、一人ひとりに合った取り組みを考え、目標と一緒に立てます。目標を立てた後は、ご自身のペースで取り組みながら、電話等で専門職が3～6か月間サポートします。

特定保健指導の流れ(無料)

面接 生活習慣をどのように改善するかを相談し、目標を立てる

実行 目標に沿って取り組む

確認 3～6か月後、現在の状態と一緒に確認する

提出していただいた健診結果は、個人情報の取り扱いに留意し、保健事業等に活用させていただきます。

毎年必ず受けましょう

健診を繰り返し受けることで、ちょっとした体の変化や生活習慣の問題点にも気づきやすくなります。いつまでも元気であるために、健診でのチェックと生活習慣の見直しを習慣にしましょう。

