

## 令和4年度 特定健診の日程

「特定健康診査受診券」を持参することで①～⑤のどれかひとつの方法で特定健診が受診できます。  
 ※30～39歳の方は受診券がなくても無料で受診できるため、受診券を送付しておりません。  
 ※重複して受診した場合は健診料金が全額自己負担となる場合がありますので、ご注意ください。

種類	特徴	とき・ところ	検査内容	同時に受けられる検診
① 総合検診	最寄りの市内施設で受診できます <b>対象者</b> 30歳以上	保健センター 7月8日(金)～7月13日(水) 10月19日(水)～10月21日(金) 令和5年1月12日(木)～1月13日(金) ふうれん健康センター 6月25日(土)～6月27日(月) 10月22日(土) 令和5年1月14日(土) 風連日進コミュニティセンター 6月28日(火) 総合福祉センター 7月14日(木) 智恵文多目的研修センター 10月18日(火) ※事前に保健センターへ申し込みが必要です	○計測 ・身長 ・体重 ・腹囲 ○血液検査 ○尿検査	胃がん 肺がん 大腸がん 前立腺がん 肝炎ウイルス エキノコックス症
② バス送迎検診	無料送迎バスつき <b>対象者</b> 30歳以上	旭川がん検診センター 6月23日(木) 6月24日(金) 11月1日(火) 11月2日(水) ※事前に保健センターへ申し込みが必要です	○血圧測定 ○問診 ○医師による診察	胃がん 肺がん 大腸がん 前立腺がん 肝炎ウイルス エキノコックス症 子宮がん 乳がん
③ 個人検診	受診日を自分で決められます <b>対象者</b> 30歳以上	旭川がん検診センター 令和5年3月31日まで随時 ※事前に保健センターへ申し込みが必要です	○医師による診察	胃がん 肺がん 大腸がん 前立腺がん 肝炎ウイルス エキノコックス症 子宮がん 乳がん

※新型コロナウイルス感染症の流行状況により検診が中止となる場合があります。また、感染症対策を実施し検診を行うため、検診時間が長くなる場合があります。ご了承ください。

種類	特徴	とき・ところ	検査内容	同時に受けられる検診
④ 個別健診	かかりつけ医で受診できます <b>対象者</b> 40歳以上	片平外科脳神経外科 <b>要予約</b> ☎01654③3375 たに内科 <b>要予約</b> ☎01654③1223 名寄三愛病院 ☎01654③3911 名寄市風連国民健康保険診療所 <b>要予約</b> ☎01655③2545 名寄中央整形外科 ☎01654③2006 名寄東病院 <b>要予約</b> ☎01654③2188 吉田病院 <b>要予約</b> ☎01654③3381 6月1日～令和5年3月31日まで随時 ※ <b>要予約</b> は事前予約が必要です。医療機関に直接お電話ください	○計測 ・身長 ・体重 ・腹囲 ○血液検査 ○尿検査 ○血圧測定 ○問診 ○医師による診察	特定健診のみ ※がん検診は受けられません
⑤ 人間ドック	<b>対象者</b> 30歳以上 ※加入要件あり	人間ドックの受診により特定健診を受けたものとし、費用の3分の2を助成しています。受診する医療機関によって手続きが異なりますので、詳細は国保高齢医療係へ問い合わせください。		

### ①～③の検診申し込み・問い合わせ

保健センター(西2北5) ☎01654②1486

### ④、⑤およびその他問い合わせ

市民課国保高齢医療係(名寄庁舎1階)  
☎01654③2111(内線3116)

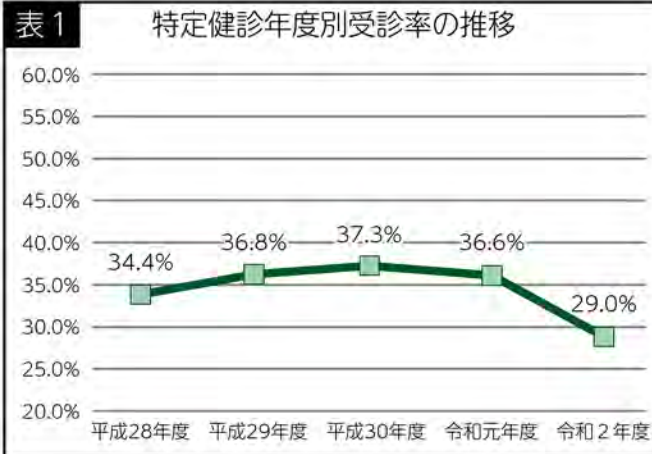


名寄市国民健康保険

# 年に一度 特定健診を受けましょう

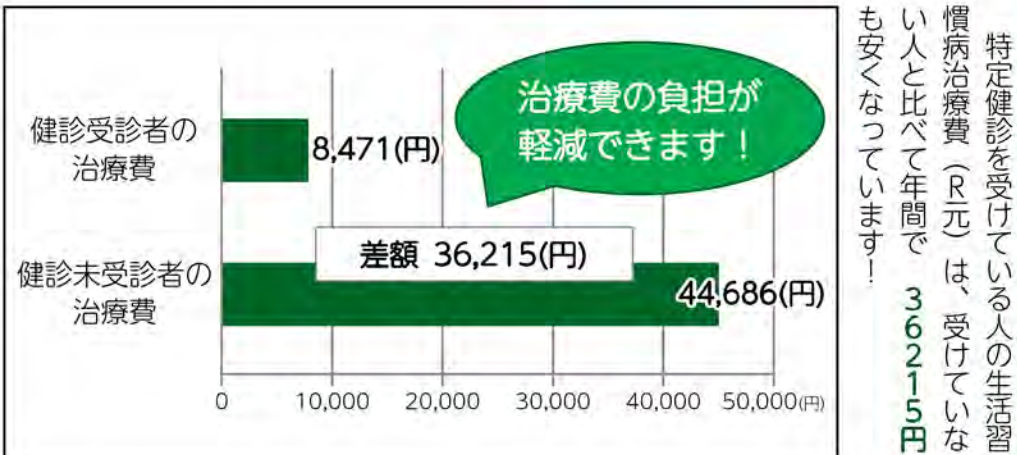
健診はどれくらいの方が受けているの…?

自覚症状の有無で健康の判断をしていませんか？特定健診は、内臓脂肪が過剰に蓄積した「メタボリックシンドローム」に着目した健診です。内臓脂肪が蓄積することで引き起こされる高血圧症、脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病は自覚症状がありません。そして、高血圧症や糖尿病などの生活習慣病は、自覚症状がないまま進行してしまいます。生活習慣病が重症化することで、脳卒中や心筋梗塞、人工透析の必要な腎臓病などを引き起こし、長期入院や介護を必要とする状態につながるというわれています。日頃からの健康管理について考えるきっかけとして、まずは特定健診の受診を入り口に考えてみませんか？



令和2年度の名寄市国保における特定健診受診率は29.0%で(表1)、新型コロナウイルス感染症の影響で受診控えがあった可能性がありますが、大きく低下しています。国の目標受診率とする60%を達成するためには、あと約1200人の受診が必要です。

健診受けるのと受けないのでどれくらい差があるの…?



特定健診を受けている人の生活習慣病治療費(R円)は、受けていない人と比べて年間で36215円も安くなっています！



▲感染対策をとりながら健診を実施しています

健診を受けて、自分の身体の状態を知ること、生活習慣に気をつけたり、早期に治療を開始することができます。1年に1回健診を受けて、確認しましょう！

健診を受けるメリット

- 40～74歳の方は、無料で受けられます。
- 名寄市独自で国の制度を拡大し、30歳から特定健診と同じ内容での健康診査が無料で受けられます。
- がん検診や他の検診も同時に受診できる日があります。

健診を受けて、自分の身体の状態を知ること、生活習慣に気をつけたり、早期に治療を開始することができます。