

年に一度、健診で身体の総点検をしましょう。

生活習慣病は、自覚のないまま進行し、気付いた時にはかなり進行していることがあります。しかし、早期発見と生活習慣の改善で進行を食い止めることもできます。元気な身体をより長く維持し、いきいきと過ごすために、1年に1度は健診を受けましょう。



あなたが受けられる健診をチェック！

年 齢	40 歳未満	40 ～ 74 歳		75 歳以上
加入している健康保険	加入している健康保険は問いません	うるま市国民健康保険	協会けんぽ(旧政管健保)・共済など職場の健康保険	長寿(後期高齢者)医療保険 * 65歳以上で一定の障がいがあると認定された方を含む
受けられる健診の種類	生活習慣病予防健診	特定健診	① 本人…職場健診 ② 被扶養者…加入している健康保険の指定する特定健診	長寿健診
健診を受ける場所	集団健診	① 集団健診 ② 特定健診指定医療機関 ③ 人間ドック指定医療機関 ④ 脳ドック指定医療機関	加入している健康保険によって異なります。それぞれの健康保険に確認してください。	① 集団健診 ② 長寿健診指定医療機関
料 金	1,000円	1,000円 (人間・脳ドックは追加料金あり、下記参照)		1,000円
検 査 項 目	身体計測(身長・体重・BMI)、腹囲測定(75歳以上は無し)、血圧測定、血液検査(脂質・腎機能・肝機能・尿酸・血糖)、尿検査(蛋白・潜血・糖)、医師の診察 *貧血、眼底、心電図の検査は、医師が必要と判断した場合のみ実施			
受診時に持参する物	① 生活習慣病予防健診ハガキ ② 保険証 ③ 健康手帳	① 特定健診受診券 ② 保険証 ③ 健康手帳		① 長寿健診受診券 ② 保険証 ③ 健康手帳
受診券の発行時期	お住まいの地区の集団検診日の約1か月前	4月中	① 協会けんぽ…本人からの申請により発行。申請書は3月より送付予定。 ② 上記以外…それぞれの健康保険に確認してください。	4月中
お問い合わせ先	健康支援課 ☎ 973-3209	国民健康保険課 ☎ 973-3202	加入している健康保険	国民健康保険課 ☎ 973-3202

～国民健康保険 人間ドック・脳ドックのご案内～

- 【対象者】平成21年4月1日時点で、うるま市国民健康保険に加入している40～74歳の方。
(ただし、75歳に到達した時点で人間ドック・脳ドックの対象外となりますのでご注意ください)
- 【受診期間】平成21年5月1日～12月31日
- 【受診料金】7,550円～13,800円(予定額:医療機関により異なります)
- 【受診方法】特定健診とドック項目の同時実施です。
希望者は、特定健診受診案内通知が届いたら各自で指定医療機関に予約の上受診してください。
詳しくは、特定健診受診案内通知をご覧ください。
- 【お問い合わせ】国民健康保険課 ☎ 973-3202