

いま受けよう

特定健診!



国民健康保険（国保）に加入している皆さん、年に一度の特定健診を受けていますか？

今年度は健診料金が1000円から500円に減額され、より受けやすい健診になっています。4月下旬に青色の封筒で受診券と案内が届きますので、忘れずに受診しましょう。

対象

- ・ 4月1日時点で、国保に加入している40～74歳の人
 - ・ 健診当日に国保の資格がある人
- ※平成28年度に国保の人間ドックや脳ドックを受診した人、または受診予定の人は特定健診を受けられません。
- ※4月2日以降に国保に加入して、受診を希望する人は、国保年金課までご連絡ください。

健診内容

- 問診 ■ 身体計測（身長・体重・BMI）
 - 腹囲測定 ■ 血圧測定 ■ 尿検査（たんぱく・糖）
 - 心電図検査 ■ 血液検査 ■ 医師による診察
- ※医師が必要と判断した人には、眼底検査をします。

料金

500円（今年度は減額しました）

※市民税非課税世帯の人は無料です
（事前に実施医療機関などに申し出てください）。



特定健診マスコットキャラクター「ミーホちゃん」

定期的に受診しましょう!

持ち物

国民健康保険証、特定健診受診券
※受診の際、必ず両方持参してください。

特定健診の受け方



- ① 「個別健診」を希望する場合
【とき】 5月2日～12月10日
【ところ】 富士・富士宮市内の指定医療機関
【申込方法】 直接、受診する医療機関へ
※詳しくは、4月下旬に届く案内をごらんください。
- ② 「地区健診」を希望する場合
【とき】 6～9月
【ところ】 各地区まちづくりセンターなど
【申込方法】 4月下旬に届く案内に記載されている申込専用電話で予約してください（先着順）。
- ③ 「土曜健診」を希望する場合
【とき】 5月28日、6月11日、7月2日、10月15日、11月19日の各土曜日
【ところ】 ファイランセ西館
【申込方法】 4月下旬に届く案内に記載されている申込専用電話で予約してください（先着順）。

★75歳以上の人へ

4月下旬にピンク色の封筒で後期高齢者医療制度による健康診査の受診券と案内が届きます。

★国保以外の人へ

特定健診・特定保健指導は、各医療保険者に義務づけられています。受診を希望する人は、加入している医療保険者にお問い合わせください。

◆特定保健指導

健診結果をもとに、生活習慣病のリスクを判定し、メタボのリスクがある場合、特定保健指導を案内します。

【問い合わせ】 国保年金課

- ・ 特定健診などについて ☎(55)27751
 - ・ 後期高齢者医療制度による健康診査について ☎(55)2754
- ※ファクスでの問い合わせは ☎(51)2521

知って得する!
国民年金
あれこれ

年金増額のチャンス!

国民年金保険料は、「追納」することで、将来受け取る年金額をふやすことができます。
「追納」は、過去10年以内の免除・納付猶予期間にさかのぼり、最も古い国民年金保険料から順番に、または一括で納めることができます。

■保険料を追納するメリット

老齢基礎年金（65歳から受けられる年金）を増額することができます。

■追納の対象になる期間

申請により、国民年金保険料が免除・全額免除・一部免除・法定免除、納付猶予若年者納付猶予制度・学生納付特例制度）されている期間
※一部免除（4分の1・半額・4分の3免除）期間は、納付をした期間のみ対象。

注意

・平成25年度以前の保険料には、当時の保険料に一定の加算額がつかます。

・既に年金を受け取っている人は対象外です。

追納や後納の問い合わせ・申し込み

- 国保年金課 国民年金担当（市役所3階）
☎(55)2755 ☎(51)2521
 - 富士年金事務所
☎(61)1900 ☎(64)5411
- ☎http://www.nenkin.go.jp

