

特定健診を受けるか受けないかで  
その後の人生が大きく変わる!?

# 特定健診で延ばせ 健康寿命!



特定健診は、生活習慣病の早期発見と重症化予防のための健診です。生活習慣病は自覚症状がないことが多く、気づいたときには重症の場合も。対象者には4月下旬に青色の封筒で受診券と案内が届きます。

## 事例

市内在住で同級生のAさんとBさん。2人は退職後、自由な日々を楽しんでいました。5年後、Aさんが支払った1か月の医療費は6310円。一方、Bさんが支払った1か月の医療費は6万190円。2人の医療費の差は、どうして生まれたのでしょうか。

## 毎年特定健診を受けているAさん

特定健診の結果により、徐々に悪化している項目が発見できるため、病気の予防や早期の治療ができました。また、特定健診時の診察で日ごろの悩みを相談し、医師からアドバイスをもらっています。



## 特定健診を受けていないBさん

「病気になるったら病院に行けばよい」と考え、特定健診を受診していないBさん。重症になるまで病気に気づくことができず、医療費が高額になりました。また、今までどおりの生活ができなくなっている可能性も高くなってきました。



青色の封筒が届いたら、忘れずに特定健診を受けましょう!

## 対象者

- ・4月1日時点で、国民健康保険（以下、国保）に加入している40〜74歳の人
- ・特定健診当日に国保の資格がある人
- ※平成31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。

## 申込方法

4月下旬に青色の封筒で特定健診受診券が届きます。5月10日〜12月10日の間に受診してください。

- ①「病院などでの受診」を希望する場合  
ところ／富士・富士宮市内の指定医療機関  
申し込み／直接、受診する医療機関へ
- ②「まちづくりセンターなぐさの健康」を希望する場合  
ところ／各地区まちづくりセンター、  
フイランセ西館など

申し込み／4月下旬に届く案内に記載されている申込専用電話か市ウェブ  
サイトから予約してください

## 受診する

### 検査項目

身長・体重・腹囲測定、血圧測定、  
尿検査、血液検査（脂質・糖・肝機能・腎機能・貧血）、医師による診察、心電図検査

※医師が必要と判断した人には、眼底検査を行います。

自己負担金／500円

※平成30年度市民税非課税世帯の人は  
無料（申し込み時に申し出てください）。

持ち物／富士市国民健康保険証、特定健診受診券

※がん検診を同時に受ける場合は、がん検診等受診券（3ページ参照）と自己負担金。

## ことは早得!

### 「健康年齢」プレゼント

9月14日（土）までに特定健診を受けた人に、特定健診結果から自身の健康状態をわかりやすく理解するための指標である「健康年齢」をプレゼントします（令和2年1月ごろ郵送）。

※健康年齢は、自身の健康状態が何歳相当なのかわかりやすく示した指標です。健診結果の経年変化や同世代との比較も確認できます。

## ◆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。

◆国保以外の健康保険加入中の人へ  
なお、平成31年度に75歳になる人は、誕生月に応じて順次、案内を発送します。

◆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。

## 問い合わせ／国保年金課

特定健診 ☎(55)2917  
後期高齢者医療制度による健康診査 ☎(55)2754

がん検診は、健康政策課 ☎(64)8992