

# 特定健診のご案内

身近な医療機関で気軽に受診できます

肺がん・大腸がんも同時にチェックできます

● 12月以降は医療機関が混み合い、ご希望の医療機関で受診できない場合があります。

※冬の時期は感染症等が流行することがあります。早めの受診をお勧めします。

● 健診の受診結果は、受診した医療機関で早めにご確認ください。

対象	<p>40～74歳の世田谷区国民健康保険に加入している方</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>本人、家族の就職等で社会保険や組合保険に加入などの理由により、世田谷区国民健康保険の資格を喪失された方は、区の特定健診は受診できません。</li> <li>寝たきりやそれに準ずる方は、医師が訪問して実施することができます。詳しくは同封の「健診実施医療機関名簿」に記載の医師会あてにお問い合わせください。</li> </ul>	
受診期間	<p>今年度3月31日時点で40～74歳の方</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p style="text-align: center;"><u>今年度3月31日まで</u></p>	<p>今年度3月31日時点で75歳になる方</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p style="text-align: center;"><u>75歳の誕生日の前日まで</u></p> <p>※誕生日以降に受診する場合は、<u>75歳以上の方</u>用の受診券が必要です。 下記お問い合わせ先までご連絡ください。</p>
自己負担金	<p>500円 ※医療機関の窓口でお支払いください。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>以下の検診と同時受診の場合は別途追加費用がかかります。 肺がん検診（X線のみ）+100円 肺がん検診（X線+喀痰）+600円 大腸がん検診+200円</li> <li>区の健診項目以外の検査を行った場合、別途追加費用が発生します。</li> </ul> <p><b>※前年度住民税非課税世帯の方は、無料です（受診券に無料と印字されています）。</b> <b><u>該当する方で無料と印字されていない方は、無料化の申請を行うことができます。</u></b> <b>詳しくは「6. 自己負担金の無料化について（該当する方のみ）」をご覧ください。</b> <b><u>自己負担金を支払った後に返金することはできませんので、ご注意ください。</u></b></p>	
受診場所	<p>同封の医療機関名簿の医療機関からお選びください。</p> <p>杉並区の一部の医療機関でも受診できます。 詳しくは、下記お問い合わせ先か杉並区医師会（電話3392-4114）へお問い合わせください。</p>	

## お問い合わせ先

世田谷区 保健福祉政策部 国保・年金課 特定健診係（電話：5432-2936 FAX：5432-3005）

# 年に1度の「特定健診」で健康チェックをしましょう

## 1. 受診の流れ

<b>1 受診票に記入する</b>	<b>2 医療機関を選ぶ</b>
<p>受診票の左側に、必要事項を記入します。</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・国民健康保険の<b>記号・番号</b>を記載します。</li><li>・受診券に記載の<b>受診券整理番号</b>を転記します。</li><li>・住所・氏名等を記入します。</li><li>・回答欄の該当する数字に○を付けます。</li></ul>	<p>健診実施医療機関名簿から、医療機関を選びます。</p> <p>予約制の医療機関があります。</p> <p>事前に医療機関に電話などでご確認ください。</p>
<b>3 受診する</b>	<b>4 受診結果を確認する</b>
<div data-bbox="113 795 541 854" style="border: 1px solid black; padding: 2px;"><b>持参するもの4点</b></div> <ul style="list-style-type: none"><li>・受診券</li><li>・受診票</li><li>・自己負担金</li><li>・国民健康保険の資格確認に用いる書類 (マイナ保険証または資格確認書)</li></ul>	<p>受診結果は、受診した医療機関で必ずご確認ください。</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・受診結果が出る時期については、医療機関にお問い合わせください。</li><li>・<b>受診結果は必ず聞きに行きましょう！</b></li></ul>
<p><b><u>受診の際にはご注意ください</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>・健診前日は、アルコール摂取や、激しい運動は控えてください。</li><li>・午前中に受診の方は、受診前10時間程度、水以外の飲食物の摂取を控えてください。</li><li>・午後に受診する方は軽めの朝食後、水以外の飲食物の摂取を控えてください。</li><li>・医師等から食事指導を受けている方は、その指示に従ってください。</li></ul>	

## 2. 検査項目

検査項目		検査目的
全 員 に 実 施 す る 項 目	問診・診察・身体計測（身長、体重、BMI、腹囲）	原則全員の方に腹囲測定を実施します。
	血圧測定	血管にかかる圧力を調べます。
	中性脂肪	動脈硬化の傾向を調べます。中性脂肪の増加は、HDLコレステロールの減少とLDLコレステロールの増加を促し動脈硬化を進行させます。
	HDL - コレステロール	
	LDL - コレステロール	
	AST (GOT)	肝臓病の疑いを調べます。
	ALT (GPT)	
	γ-GT (γ-GTP)	アルコール性肝炎等の疑いを調べます。
	血糖	糖尿病の疑いを調べます。ヘモグロビンA1cは、検査日前数日の行動に影響されない検査です。
	ヘモグロビンA1c	
	総コレステロール	動脈硬化の傾向を調べます。
	ALP (アルカリフォスファターゼ)	肝臓病の疑いを調べます。
	LD (LDH) (乳酸脱水素酵素)	心臓病や肝臓病の疑いを調べます。
	尿酸	痛風の疑いを調べます。
	尿素窒素	腎臓病の疑いを調べます。
	総蛋白	腎機能障害・栄養障害または肝機能障害の疑いを調べます。
	アルブミン	
尿 検 査	糖	糖尿病の疑いの有無を調べます。
	蛋白	腎臓・泌尿器の病気の有無を調べます。
	潜血	

検査項目		検査目的	
医師の判断により実施する項目	血液検査	赤血球数	貧血の疑いを調べます。
		血色素量（ヘモグロビン）	
		ヘマトクリット値	
	血液検査	白血球数	血液疾患等の有無を調べます。
		血小板数	
		クレアチニン	
		e G F R	
	心電図		心臓の働きの具合を調べます。
	眼底検査 ※眼科等で別に受診していただく場合があります。		動脈硬化、糖尿病等の進み具合を調べます。
	胸部レントゲン検査		結核等の疑いを調べます。
訪問喀痰検査（訪問健診の場合のみ）		結核菌がいるかどうかを調べます。	

#### 結核について

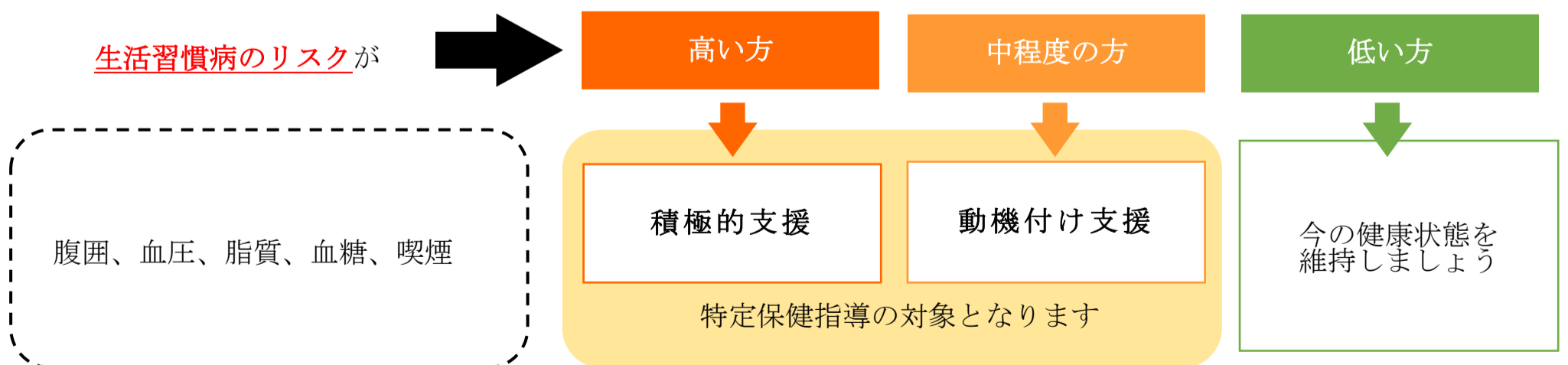
初期の結核はせき・微熱など風邪に似た症状があり、自覚症状がない場合もあります。気づかずに病気が進むと周囲の方に感染させる可能性が高まります。年に一回は胸部エックス線検査を受け、結核の早期発見に努めましょう。

#### 結核についてのご相談

世田谷保健所感染症対策課（電話：5432-2441 FAX：5432-3022）まで

### 3. 特定保健指導（対象の方のみ）

特定保健指導は、糖尿病・高血圧症・脂質異常症などの生活習慣病を予防するためのプログラムです。専門職（医師・保健師・管理栄養士）が、あなたの生活スタイルに合わせて3か月から6か月間の生活習慣改善計画を作成して支援します。対象の方は、ぜひ特定保健指導を利用して健康づくりにお役立てください。



- ・ 特定保健指導の対象の方へ「特定保健指導利用券」を郵送します（健診から約3か月後になります）。
- ・ 特定健診を年度末に受診される場合は、健診の受診結果を早めにご確認ください。確認が遅くなると特定保健指導の対象となっても利用券を発行できなくなる場合があります。

## 4. 特定健診受診結果の取り扱いについて

- ・特定健診の受診結果は、保険者（世田谷区）において保存し、必要に応じ、保健事業（特定健診、特定保健指導、糖尿病性腎症重症化予防事業等）に活用しますので、ご了承のうえ受診願います。
- ・特定健診結果のデータファイルは、支払代行機関（東京都国民健康保険団体連合会）で点検されることがあるほか、国への実施結果の報告として、匿名化されたうえで、部分的に提出されますので、ご了承のうえ、受診願います。
- ・特定健診の受診票に電話番号をご記入いただいた方に対し、世田谷区から、保健事業（特定健診・特定保健指導、糖尿病性腎症重症化予防事業等）のご案内をさせていただく場合があります。

## 5. がん検診、その他の検診について

区では特定健診に加えて、以下の検診を実施しています。

特定健診と <b>同時に</b> 受診できる検診	<ul style="list-style-type: none"><li>・肺がん検診</li><li>・大腸がん検診</li><li>・胃がんリスク（ABC）検査</li><li>・前立腺がん検診</li><li>・B型C型肝炎ウイルス検診</li></ul>
--------------------------	--

※上記検診を実施している医療機関は、「**健診実施医療機関名簿**」でご確認ください。

特定健診とは <b>別に</b> 受診する検診	<ul style="list-style-type: none"><li>・子宮がん検診</li><li>・乳がん検診</li><li>・骨粗しょう症検診</li><li>・成人歯科健診</li><li>・口腔がん検診</li><li>・胃がん（X線）検診</li><li>・胃がん（内視鏡）検診</li></ul>
-------------------------	---

※上記検診には **受診できる年齢が限られている** ものがあります。

詳しくは同封の「各種検（健）診のご案内」をご確認の上、受診してください。

## 6. 自己負担金の無料化について（該当する方のみ）

- ・ 前年度住民税非課税世帯の方（前々年1月～12月分の所得について、世帯全員が非課税の場合）は、健診の自己負担金が無料となります。

※同一世帯員に課税されている方がいる場合、無料化の対象とはなりません。

※税の申告をされていないと、課税状況が確認できないため、無料とならない場合があります。

- ・ 該当する方の受診券の自己負担金欄には「無料」の表示があります。
- ・ 健診日に「無料」の受診券を持参すれば、健診費用が無料となります。  
肺がん検診、大腸がん検診、前立腺がん検診、胃がんリスク（ABC）検査を同時に受診する際の自己負担金も無料となります。
- ・ 上記に該当する方で、お手元に届いた受診券の自己負担金欄に「無料」と表示されていない場合は、無料化の手続きが必要となります。詳しくは、特定健診係までお問い合わせください。
- ・ 無料化の手続きは、受診予定日の 2週間前までに行ってください。
- ・ 上記に該当される方でも、「無料」表示のない受診券で特定健診を受診し、自己負担金を支払った場合、後日、自己負担金をお返しすることはできません。必ず、受診前に無料化の手続きを行ってください。