

令和3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。
※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 対象者 30歳以上	保健センター ふうれん健康センター 7月15日(木) 6月26日(土) 7月16日(金) 6月27日(日) 7月17日(土) 6月28日(月) 7月18日(日) 10月30日(土) 7月19日(月) 令和4年1月15日(土) 7月20日(火) 風連日進コミュニティセンター 6月29日(火) 10月26日(火) 10月27日(水) 智恵文多目的研修センター 10月29日(金) 10月28日(木) 令和4年1月13日(木) 総合福祉センター 1月14日(金) 7月21日(水) ※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 対象者 30歳以上	旭川がん検診センター 7月1日(木) 7月2日(金) 11月1日(月) 11月2日(火) ※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 対象者 30歳以上	旭川がん検診センター 令和4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		

※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 対象者 40歳以上	たに内科 要予約 ☎01654③1223 名寄三愛病院 ☎01654③3911 名寄市風連国民健康保険診療所 要予約 ☎01655③2545 名寄中央整形外科 ☎01654③2006 名寄東病院 要予約 ☎01654③2188 吉田病院 要予約 ☎01654③3381 6月1日～令和4年3月31日まで随時 ※ 要予約 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	対象者 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)

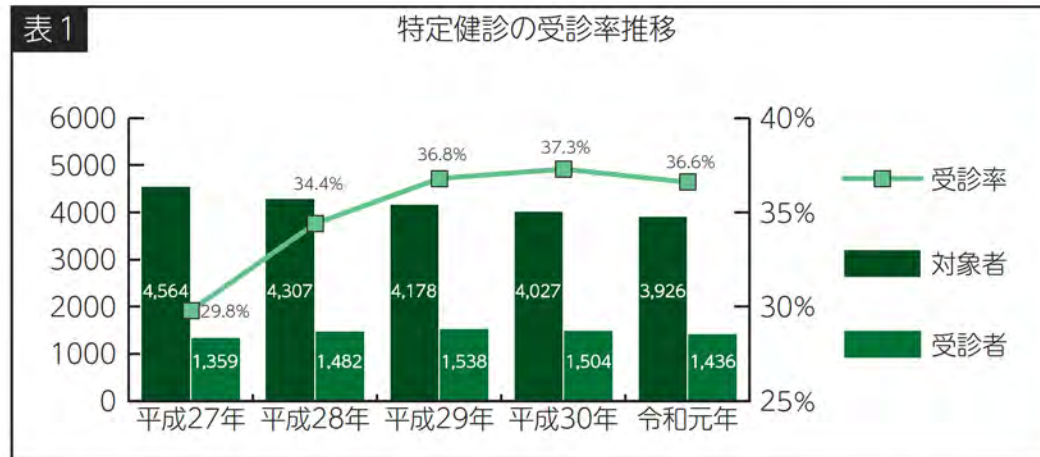
特定健診はメタボリックシンドローム(内臓肥満)に着目した健診です。内臓脂肪の多さを反映する腹囲(おへそまわり)を適正に保ちましょう。

内臓脂肪の基準値(腹囲)
男性：85センチメートル未満
女性：90センチメートル未満



名寄市では、国保に加入する40～74歳の方は無料で特定健診を受診することができます。

令和元年度の名寄市国保における特定健診受診率は36.6%(表1)、過去3年ほど横ばいとなっており、また、平成30年度の名寄市の特定健診受診率(37.3%)は、人口が同規模の全国の市と比べて252市中186位という結果です。国は目標受診率を60%としており、達成するためにはあと約900人の受診が必要となります。



特定健診の3つのメリット

- ①病気の早期発見！
高血圧、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病は初期の頃は自覚症状がほとんどないため、早期発見のために特定健診を受けることが重要です。
- ②家計にやさしい！
無料の特定健診で病気の早期発見ができること、治療費や通院費などの軽減が見込まれ、家計への負担が抑えられます。
- ③医療費や保険料の上昇を抑える！
より多くの方が特定健診を受診し、病気の重症化を防ぐことで、医療費の上昇が抑制され、さらには国保加入者全体の保険料負担の軽減につながります。

健診結果を活用しましょう

特定健診を受診した方には、結果に応じてバランスのとれた食事や適度な運動習慣など生活スタイルにあったアドバイスを行っています。症状がなくても健診を受け続けることで、自分の生活・食生活を振り返りながら、健康状態を確認することができます。

受診券みほん(水色)

受診券を送付します

名寄市国保に加入する40～74歳(年度内に75歳になる方を除く)の方へ、5月下旬に「特定健康診査受診券」を送付します。(年度の途中で国保に加入される場合は、発送の時期が変わります。)

特定健診を受診する際は、必ず受診券と保険証が必要です。紛失された場合などは、国保高齢医療係へ問い合わせください。

特定健診の実施状況

名寄市国民健康保険

年に一度 特定健診を受けましょう

