

各種健康診査が始まります

国民健康保険制度に加入の皆さんへ 特定健康診査・特定保健指導の受診をお願いします

光市国民健康保険では、40歳から74歳までの被保険者を対象にメタボリックシンドロームに着目した健康診査と保健指導を実施しています。

この健診の目的は、自分の健康状態を把握し、生活習慣病の予防や解消を目指すもので、毎年実施することが効果的です。

特定健康診査で一定の基準を超えた人には、保健師や管理栄養士などによる特定保健指導が行われます。特定健康診査や特定保健指導を受け、日常生活を見直してみませんか。

対象者には、5月末に特定健康診査の受診券を郵送します。6月から9月までの期間に、下欄記載の実施医療機関で受診してください。

特定健康診査の問合せ
特定保健指導の問合せ
長寿医療制度の健康診査の問合せ

市民課保険年金係 ☎0833(72)1400
健康増進課健康増進係 ☎0833(74)3007
市民課高齢者医療係 ☎0833(72)1400

健康診査の内容

全員が受診する基本項目（問診、検尿、血液検査など）と一定の条件に該当し、医師が必要と判断した場合のみ実施する詳細項目（貧血検査、心電図検査など）があります。

対象者と受診券の送付時期

平成21年4月1日に光市国民健康保険の加入者で、今年度40歳から74歳までの人（昭和10年4月1日生まれから昭和45年3月31日生まれまでの人）に、5月下旬に送付します。病院に6か月以上入院している人や妊産婦など一部対象外になる場合もあります。

受診方法と健診結果

国民健康保険被保険者証と特定健康診査の受診券を下欄記載の実施医療機関に持参し、受診してください。

い。また健診結果は、実施医療機関から通知されます。

受診期間と自己負担金

受診期間は6月1日～9月30日まで
自己負担金は1000円

特定保健指導

特定保健指導の対象となった人には、特定保健指導の利用券を送付します。ぜひご利用ください。

その他

65歳以上の人は、特定健康診査に併せて介護保険による生活機能評価が実施されます。3頁をご覧ください。

昨年度からの変更点

健診結果は、医療機関から通知されます。
自己負担金を2000円から1000円に引き下げました。

ヘルスチェックを

ご利用ください

年度途中に光市国民健康保険へ加入した人など特定健康診査の対象外となる人は、ヘルスチェック（健康診査）を3月末まで受診することができません。希望者は、保険年金係または大和支所住民福祉課までお申し込みください。

対象者

光市国保加入者で30歳から39歳までの人。40歳から74歳までの特定健診の対象外の人

健診項目、負担金、医療機関
特定健康診査と同じ

実施医療機関

市川医院、市山医院、いのうえ内科クリニック、牛島診療所、梅田病院、兼清外科、河村循環器神経内科、河内山医院、近藤整形外科、五嶋内科クリニック、新日本製鐵(株)光鋼管部診療所、たけなか医院、多田クリニック、田中医院、田村医院、佃医院、光総合病院、光中央病院、光内科消化器科、平岡医院、広田医院、松村医院、みちがみ病院、光武医院、守友医院、やまて小児科アレルギー科、大和総合病院、吉村医院

介護予防のための

生活機能評価を実施します

介護が必要な状態になることを防ぎ、いつまでも自分らしく自立した生活を送るためには、健康管理や生活管理の意識を高めることが大切です。市では65歳以上（要介護・要支援認定者を除く）の人を対象に、6月から平成22年3月までの期間、介護予防健診として「生活機能評価」を無料で実施します。

「生活機能評価」とは、心身機能の低下をチェックし、寝たきり等の原因となる生活機能低下を早期に把握し、介護や支援が必要な状態を予防する健診です。

対象者

平成21年3月31日時点で満65歳以上（昭和19年4月1日以前生まれ）で、光市介護保険の第1号被保険者に該当し、要介護・要支援認定を受けていない人

健診内容

基本チェックリスト（25項目の問診）

生活機能チェック（問診、診察、身体計測、血圧測定）

生活機能検査（この結果、生活機能低下の恐れがある場合に血液検査、心電図検査等を実施）

健診の結果、運動機能や口腔機能の低下、低栄養状態など生活機能の低下が心配され、今後、介護や支援が必要になる可能性が高い人に、市が介護予防サービスを提供します。

受診方法

ご加入の健康保険制度によって異なりますので、下記を参照してください。

国民健康保険や後期高齢者医療保険の加入者

対象の人は、特定健診や健康診査の受診券に表示しています。表示のある人は、特定健診または健康診査と一緒に受診してください。

上記以外の人（被用者保険加入者など）

6月上旬に郵送する基本チェックリストを記入し、その結果生活機能低下の恐れがある場合は、受診券と問診票を発行しますので、2頁下欄記載の実施医療機関で生活機能評価を受けてください。生活機能低下の恐れがない場合は、基本チェックリストのみで生活機能評価は終わりです。

生活機能評価の問合せ

社会福祉課高齢福祉係 ☎0833(74)3001

介護予防サービスの問合せ

地域包括支援センター ☎0833(74)3002



**長寿（後期高齢者）医療制度に加入の皆さんへ
健康診査の受診をお願いします**

山口県後期高齢者医療広域連合では、長寿医療制度の被保険者を対象に健康診査を実施します。（実施医療機関は特定健康診査と同じ）健康診査は、生活習慣病の早期発見により、適切に医療につなげていくことを主な目的としています。年1回は受診し、自己の健康状態を常時把握しておくことが重要です。

健康診査の内容

問診、身体計測、打聴診、血圧測定、血液検査、尿検査、貧血検査

対象者と受診券の送付時期

3月31日現在に後期高齢者医療制度の被保険者に、5月下旬に送付します。

また、年度途中に被保険者になる人に随時送付します。

受診期間と自己負担金

受診期間は6月1日～9月30日まで
自己負担金は500円

受診に必要なもの

健康診査受診券、質問票、被保険者証を健診機関に持参してください。前年度の健康診査の結果をお持ちの人は、健康診査結果通知表も持参してください。

受診などについて

受診した健診機関で、結果説明を受けてください。
健康診査に併せて介護保険による生活機能評価が実施されます。詳しくは左欄をご覧ください。
生活習慣病で既に治療中の人は、健診機関にご相談ください。