

**① 専門家の支援が受けられる!** 一緒に頑張らしましょう! 頼もしい味方

医師・保健師・管理栄養士などが、健診結果をもとにあなたにあった支援をしてくれるので、安心です。



**② 生活習慣病のリスクを指摘してもらえる!** 自分の状態がわかってよかったよ

生活習慣病は自覚症状が出にくく、気づいたときは重症化していることも。早期発見が予防の決め手となります。



**③ 医療費が安くすむ!** 助かるね! 家計にやさしい

定期的に特定健診を受けている人は、受けていない人よりもかかる医療費が低いという調査結果があります。これは、早期発見で治療費が抑えられたのはもちろん、健診によって健康意識が高まったことが理由です。



## 特定健診(無料)のお知らせ

飯山市役所 保健福祉課健康増進係  
〒389-2292  
飯山市大字飯山1110番地1号  
TEL.0269-62-3111(内線181・182・187)



# 特定健康診査の費用が **無料** となりました!

(平成24年度まで1500円→平成25年4月以降 **0円**)

注:特定健康診査のみ無料です。  
がん検診等は別途費用がかかります。

飯山市の国民健康保険に加入している40歳以上74歳以下の方を対象に特定健康診査を実施いたします。

先般、健診のお申込みを受け付けたばかりですが、今春4月からの特定健診費用の無料化に伴い、改めて健診を希望される方のお申込みを左記のとおり受けつけます。特定健康診査は、お医者さんにかかっている人でも健康に問題が無い人でも必ず受けなければなりません。特定健診を受けると裏面に書いてあるように様々な利点があります。

今年こそぜひ健診を受けましょう!  
受けないなんてもったいないね



### 特定健康診査の流れ

お電話にて申込み後、ご自宅へ健診票等をお届けします。

各地区の活性化センター等の会場で受診(7月以降)

\*「飯山市健康カレンダー」を参照ください。

### 充実した健診内容

- 基本検査項目  
問診・身体計測・理学的検査・血圧測定・検尿(尿糖・尿蛋白)・脂質検査・血糖検査(HbA1c等)・肝機能検査・尿酸・クレアチニン
- 追加検査項目(有料)  
眼底検査・貧血検査・心電図検査

勤務先の健診や人間ドックを受ける方へ お願い  
パートなどの勤務先や人間ドックで健康診断を受ける方は、飯山市の特定健診を受診する必要はありません。健診結果のコピーなど必要書類を提出すれば、特定健診を受診したことになりますので、ぜひご協力ください。健診の結果、保健指導が必要な場合は、ご案内を送付いたします。

### 健診の申込方法について

まずはお電話にてお申込みください!  
【健診のお申込み先】

飯山市保健福祉課健康増進係  
☎0269-62-3111  
(内線181・182・187)

