

# 40歳以上の方へ 年1度特定健康診査を受けましょう。

私はどこも痛いところもないし、健康だから健診を受けなくても大丈夫だよ。もし具合が悪くなってもその時に病院に行けばいいよ。



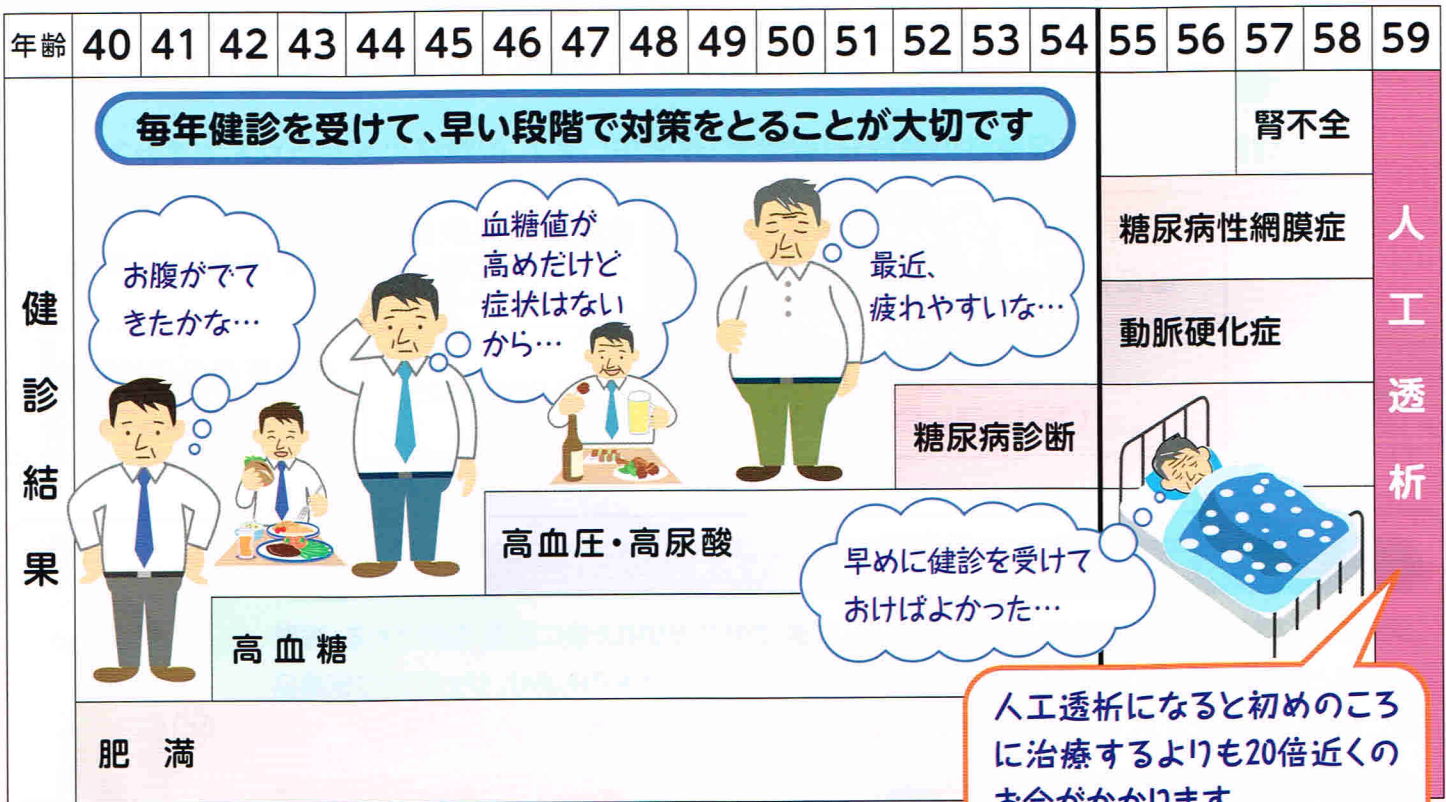
いやいや。生活習慣病は、初めは痛みもなく、気づくことは難しいんだよ。だから特定健康診査を受けて早く病気に気づく必要があるんだよ。



健診を受けていないとここまで気づくことが難しい。

## ●糖尿病の発症までのイメージ

(肥満でなくても糖尿病になることはあります)



### ★特定健康診査とは？

糖尿病、高血圧など初めのころは自覚症状がない生活習慣病の予防を目的とした健診です。日本人の死亡原因の6割は生活習慣病であるといわれています。

### ★検査内容

問診・身体計測・尿検査・血圧測定・血液検査・診察  
(貧血検査・心電図検査・眼底検査は対象者のみ実施)



(裏面もご覧ください)

# 千葉市国民健康保険・後期高齢者医療 特定健康診査(または健康診査)の流れ

## 1 申込

協力医療機関に申し込み、  
健診を受ける日を決め、  
医療機関の予約をとる。



## 2 健診受診

被保険者証、受診券、自己  
負担金500円を持って、  
医療機関で受けます。



\*75歳以上は無料

## 3 健診結果

健診後、健診結果の  
説明を受けます。



## 4 特定保健指導

生活習慣の改善の必要が  
あったら特定保健指導を  
受けます。(無料です)



\*74歳まで

\*医療機関によっては混み合うところもありますので、早めに特定健康診査を受けましょう。

特定健康診査は健康保険証の発行元(保険者)が実施します。保険証の種類はなんですか？

	千葉市 国民健康保険	後期高齢者 医療広域連合 (75歳以上が加入)	全国健康保険協会 千葉支部 (協会けんぽ)	その他の保険証
連絡先	043-245-5146 (下記お問い合わせ先)		043-308-0525	保険証発行元に直接 お問い合わせください。

### ジェネリック医薬品の利用について、ぜひご協力をお願いします。

ジェネリック医薬品(後発医薬品)とは先発医薬品(新薬)の特許が切れた後に製造・販売される、先発医薬品と同じ有効成分の医薬品です。価格が新薬の半額以下になるものもあり、ジェネリック医薬品をご利用いただくことで、自己負担の軽減と医療費の抑制につながります。

### ジェネリック医薬品を利用するには

医師、薬剤師にご相談ください。なお、処方箋の「変更不可」欄に医師のサインがない場合は、薬局でジェネリック医薬品に変更することができます。



お問い合わせ先

千葉市保健福祉局健康部健康保険課

〒260-8722 千葉市中央区千葉港1-1

電話 043-245-5146 FAX043-245-5544

