

健康診査の流れ (健診の予約から保健指導まで)

健康診査は、ただ受けるだけでは意味がありません。健診結果を振り返り、生活習慣を見直すことが大切です。健康診査を健康づくりの第一歩に役立てましょう！

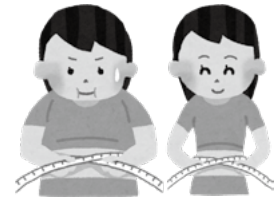


○特定保健指導について

特定健康診査を受診された人のうちメタボリックシンドロームによる生活習慣病のリスクのある人を対象に、特定保健指導を実施しています（無料）。保健師や管理栄養士による個別面接を受けて、最長半年間、メタボリックシンドロームの改善に取り組みます。

参加者の声

- 指導で自分の健康について改めて考え、減量のきっかけとなりました。（60代 女性）
【成果】3か月で体重 -2.3kg、腹囲 -2.5cm
- 具体的な食事や運動の指導を受けることができてよかったです。（60代 男性）
【成果】6か月で体重 -5.7kg、腹囲 -4.0cm



- 特定保健指導の対象でない人も、健診結果の見方、生活習慣（食事・運動等）のポイントなど健康に関する相談を保健師や管理栄養士がお受けします。お気軽に、すこやか生活課（TEL：581-0201）までご連絡ください。
- 特定健康診査・特定保健指導未受診の人や、健診結果が医療機関受診勧奨値となった人に対して、電話や訪問による受診勧奨を行う場合があります。

守山市国民健康保険特定健康診査の対象の人へ

受診券が届いたが、こんな場合はどうすればいいの？



☆人間ドックを受けたい場合

費用助成を行っています。国保年金課に申請してください。

- ・ **事前申請制（済生会守山市民病院限定）** …病院の窓口での支払いが少なくなります。

持ち物：健康保険証（守山市国民健康保険）、特定健康診査受診券

- ・ **事後申請の場合（医療機関は問いません）** …検診費用の一部が返ってきます。

持ち物：健康保険証（守山市国民健康保険）、特定健康診査受診券、検診結果（写し可）、領収書（原本）、助成金の振込先口座がわかるもの

お問い合わせ：国保年金課（TEL：582-1120）

健診受診状況の把握と必要な保健指導等のためご協力ください

下記のことをしていただくことで、特定健康診査を受診したことになります。健診結果により、特定保健指導などの生活習慣病予防のご案内をします。

☆職場で健診を受けている場合

健診結果をすこやか生活課まで提出してください。その後、問診票の記入をお願いしています。健診結果に応じて、特定保健指導などの生活習慣病予防のサービスが受けられます。

☆服薬・通院中の場合

受診券をお持ちの上、かかりつけ医療機関へご相談ください。医療機関から市に、特定健康診査と同様の検査データを提出していただきます。

お問い合わせ：すこやか生活課（TEL：581-0201）