

**大垣市
国民健康保険**

40歳から毎年必ず“特定健診”を受診しましょう！

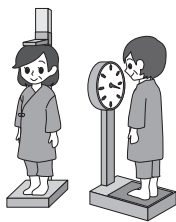
生活習慣を振り返る、年に一度の機会です

最近、気になっている症状はありませんか？
脳卒中や心筋梗塞などの大きな病気を引き起こす高血圧症や糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病が潜んでいるかもしれません。
見た目ではわからない、これらの異常を少しでも早く発見・予防するために、年に一度健診を受診して自分の健康を守りましょう。
今回は、市国民健康保険に加入している方へ向けて、「特定健診」についてお知らせします。
詳しくは、国保医療課（☎47-8132）へ。



◆特定健診とは？

特定健診とは、生活習慣病の要因であるメタボリックシンドロームに着目した健診です。特定健診では、40歳から74歳で市国民健康保険に加入中の方を対象に、1万円相当の健診が1,000円で受診できます。



健診では、身体計測、血圧測定、採血、採尿などを行います。健診自体に必要な時間は1時間弱です（医療機関の混雑状況により、異なる可能性があります）。
受診は短時間で終わりますので、ぜひ受診して毎年の体の変化に気を付けましょう。

◆健診を受診し、将来の医療費を削減！

特定健診受診者と未受診者の1人あたりの医療費を比較すると、下表のとおり未受診の場合に比べて、受診者の医療費が低くなる傾向がみられました。

健診を受診し、重症化を防ぐことで医療費の削減につながります。

令和元年度	人数	年間総額（入院費+外来費）	1人（年間）	1人（月間）
受診あり	6,482人	1,261,777,470円	194,659円	16,222円
受診なし	15,800人	5,041,644,790円	319,091円	26,590円

国保データベースシステム（KDB）より

**どんな方は
要チェック！**

- 健診を定期的を受診していない
- 治療を自分の判断で中断した
- 保健指導を受ける機会があったが、受けていない

これらに当てはまる人は、病気が重症化して生活に支障が出る可能性もあります

◆健診の受診方法（個別医療機関で受診の場合）

受診は簡単です。次の手順で健診を受けましょう。受診票が紛失などで手元にない場合には、再発行しますので、国保医療課（☎47-8132）までご連絡ください。
下記の方法のほか、集団健診などで受診することもできます。



◆健康ポイントもたまって、素敵な景品をGET！

市と県は協働で、市民の自主的な健康づくりへの取り組みを応援するため、「清流の国ぎふ健康ポイント事業」を行っています。
「清流の国ぎふ健康ポイント」は、特定健診などの受診や健康・運動教室への参加などでもらえます。健康習慣を身につけながら、健康チャレンジシートへポイントを集めると、健康な心身と素敵な特典を手に入れることができます。
この機会に健康チャレンジをはじめませんか。

- ❖対象／市内在住の20歳以上の人
- ❖とき／令和4年3月31日まで
※ただし、抽選応募の締切は令和4年2月28日まで
- ❖内容／大垣市・上石津・墨保保健センター、国保医療課でチャレンジシートを受け取り、ポイントの対象となる健康づくりの取り組みに参加し、ポイントを



市HP



かがやきクラブ健康ウォーキングの様子

集めます。6ポイントたまると、県内各地の協力店でさまざまな特典を受けることができる「ミナモ健康カード」がもらえるほか、抽選で健康グッズや県産品なども当たります
❖ポイント対象メニュー／【必須】各種健康診査、各種検診（がん・肝炎ウイルス・骨粗しょう症など）の1つ以上の受診、【任意】市が指定する健康教室やイベントなどへの参加、自主的な健康づくり（栄養・運動・口腔に関する取り組み）、かがやきクラブの活動など ※メニューの詳細は市HPに掲載