

## 特定健診・後期高齢者健診・若年者健診・健康診査

健診は生活習慣病を早い段階で見つけることを目的としています。健診結果に合わせて、必ず医療機関を受診してください。(健診結果は、マイナポータルでも確認できます)  
 早期予防・早期治療を心がけて、今後も健康な日常生活を送りましょう!

### 〈対象者・健診科・受診方法〉

健診の種類	対 象 者	健診料	受診方法
特定健診	40～74歳のみなかみ町国民健康保険加入者	無料	集団健診 個別健診
後期高齢者健診	後期高齢者医療保険加入者		
若年者健診	35～39歳の方		
健康診査	生活保護受給者		

- 医療機関に通院中の方も受けましょう(主治医に相談してください)。
- 40歳以上の国民健康保険や後期高齢者医療保険以外の健康保険に加入している方は、町の健診は受けられません。加入している保険者にお問い合わせください。
- 国保特定保険・後期高齢者健診を受診した場合は、同一年度内に人間ドックの助成は受けられません。人間ドックの申請は5ページをご覧ください。

### 〈健診の内容〉

- 問診 ●身体計測 ●血圧測定 ●尿検査(尿糖、尿たんぱく) ●内科診察
- 血液検査(脂質、肝機能、糖代謝、腎機能) ●腹囲測定(後期高齢者健診は除く)
- 医師の診察結果により眼底検査、心電図、貧血検査

### 〈持ち物〉

集 団 健 診	個 別 健 診
<ul style="list-style-type: none"> <li>●マイナ保険証・資格確認書等</li> <li>●受診票(記入してお持ちください)</li> <li>●採尿した容器</li> <li>●スリッパ(カルチャーセンターは不要です)</li> <li>●MINAKAMI HEART (名前入りカードまたは専用アプリ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●マイナ保険証・資格確認書等</li> <li>●受診票(記入してお持ちください)</li> <li>●MINAKAMI HEARTのポイント付与の場所 特定健診、後期高齢者健診: 住民課 若年者健診、健康診査: 健康推進課 健診結果をお持ちください。</li> </ul>

### 〈注意事項〉

- 1) 検査前日は、午後9時ごろまでに夕食を済ませ、当日は食事をしないでお出かけください。ただし、低血糖の心配がある方は、この限りではありません。
- 2) 水やお茶(カロリーのないもの)は飲んでもかまいません。
- 3) 高血圧・心臓病等の内服薬は飲んできてください。
- 4) 朝、自宅で採った尿を容器に入れ、持参してください。

### 〈特定保健指導〉

特定健診の結果によって、必要な方には特定保健指導が実施されます。対象者には通知が届きますので、必ず受けてください。

特定保健指導の詳細は、  
こちらをご覧ください

