

健康診査を受ける前に ※必ずお読み ください

- 治療の方は受診について、かかりつけ医にご相談ください。
- 健康診査前日は飲酒・激しい運動は控え、健診前10時間は水以外の飲食はとらないようにしましょう。
- 年度内に1回のみ受診できます。2回以上受診した場合や、受診当日に国民健康保険の資格がない場合(遡りの資格喪失を含む)は全額自己負担となりますのでご注意ください。
- 受診券を紛失した場合は、各区役所保険年金課及び蒲原支所で再発行できます。
問合せ先:健康づくり推進課 TEL054-221-1579

R7.4.1現在、静岡市国民健康保険にご加入の

40歳～74歳の方は 特定健康診査 が受けられます。

※ただし、R7.4.1から受診当日まで継続して静岡市国民健康保険に加入していること。
資格喪失後(遡り喪失を含む)に受診した場合は健診料金を全額請求させていただきますので、ご注意ください。

- ◆実施期間 5月から翌年3月末まで
- ◆持ち物 受診券・質問票・マイナ保険証または資格確認書等
- ◆自己負担金 無 料

◆健診項目 診 察 等 問診、診察、身体計測(身長、体重、BMI、腹囲)、血圧測定

尿 糖 査 尿糖、尿蛋白

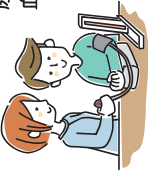
血 糖 査 脂 質…中性脂肪、総コレステロール、HDLコレステロール、LDLコレステロール

肝 機 能…AST(GOT)、ALT(GPT)、γ-GT(γ-GTP)

腎 機 能…クレアチニン、eGFR、尿酸

貧 血 検 査…ヘマトクリット値、血色素量、赤血球数

*心電図は希望者へ実施 *国の定めた基準に該当し、かつ医師が必要と判断した場合に眼底検査を実施



◆受診方法 ご自身で健診実施医療機関へ電話で予約し、受診してください。

◆受診券 4月以降順次交付します。

静岡市国民健康保険に、令和7年3月以降に加入手続きをしている場合、受診券の発送時期が変わります。発送目安は下の表をご確認ください。

受診券の発送目安	
窓口での届出日	
2月までの届出	4月下旬送付予定
3月までの届出	5月下旬送付予定
4月までの届出	6月下旬送付予定
5月1日以降の届出	送付を希望される方は、健康づくり推進課へお申し込みください。

特定保健指導 ～生活習慣病のリスクがある方へ～

◇対象者 特定健診の結果、生活習慣病のリスクが高いと判定された人

◇利用方法 市から特定保健指導利用券が郵送されます。

リスクに応じて「**動機づけ支援**」か「**積極的支援**」に判定され、

下記のような支援が受けられます。(面接・オンラインによる指導)

◇利用期間 利用券交付日より6か月間

◇自己負担金 無 料

◇利用場所 各保健福祉センター、市の指定する健診実施機関、その他の委託先など

動機づけ支援

面接(原則1回)で保健師や管理栄養士から具体的なアドバイスを受け、一緒に生活習慣の改善のための計画を立てます。3か月後から6か月後に健康状態や生活習慣をお伺いします。

あなたの生活習慣を改善するチャンスです!!

初回面接で保健師や管理栄養士と一緒に生活習慣改善のための行動目標・計画を立て、3か月以上継続して支援が受けられます。3か月後から6か月後に健康状態や生活習慣をお伺いします。

積極的支援

初回面接で保健師や管理栄養士と一緒に生活習慣改善のための行動目標・計画を立て、3か月以上継続して支援が受けられます。3か月後から6か月後に健康状態や生活習慣をお伺いします。



健康診査

が受けられます。

①静岡市国民健康保険加入者 30歳～39歳及び

②R7.4.2以降加入の40歳～74歳の方は

◆実施期間 4月から翌年3月末まで

◆持ち物 受診券・健診票・マイナ保険証または資格確認書等・自己負担金

◆自己負担金 ①30歳～39歳 1,500円

②40歳～74歳 無 料

※非課税世帯は500円(市民税課税証明書は不要)

◆健診項目 特定健康診査(6ページ)と同じ内容

◆受診方法 ご自身で健診実施医療機関へ電話で予約し、受診してください。

◆受診券 各区役所保険年金課または各支所(長田・蒲原・井川)窓口

で受診券の交付を受けてください。(申請に必要なもの:

受診者本人のマイナ保険証または資格確認書等)

※30歳～39歳の方で保険料の滞納がある場合、受診券の交付ができません。

納付された場合は、領収書等をご持参ください。

※交付申請後に他保険へ加入した場合は受診できません。

※年度内に社会保険等の他の制度で既に健康診査を受診している方は、対象外となります。



※75歳以上の方は 後期高齢者医療制度 健康診査 が受けられます。

※65歳以上で一定の障がいがあり、後期高齢者医療制度の加入者も含む

◆実施期間 5月から翌年3月末まで

◆持ち物 受診券・質問票・マイナ保険証または資格確認書等

◆自己負担金 無 料

◆健診項目 診 察 等 問診、診察、身体計測(身長、体重、BMI、腹囲)、血圧測定

尿 糖 査 尿糖、尿蛋白

血 糖 査 脂 質…中性脂肪、総コレステロール、HDLコレステロール、LDLコレステロール

肝 機 能…AST(GOT)、ALT(GPT)、γ-GT(γ-GTP)

腎 機 能…クレアチニン、eGFR、尿酸

*貧血検査、心電図、眼底検査は国の定めた基準に該当し、

かつ医師が必要と判断した場合に実施



◆受診方法 ご自身で健診実施医療機関へ電話で予約し、受診してください。

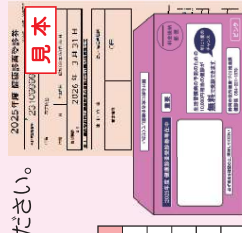
◆受診券 4月以降順次交付します。

発送目安は下の表をご確認ください。

受診券の発送目安	
2月までの資格取得者	4月下旬送付予定
3月までの資格取得者	5月下旬送付予定
4月までの資格取得者	6月下旬送付予定
5月までの資格取得者	7月下旬送付予定
6月以降の資格取得者	受診券を希望される方は、健康づくり推進課へお申し込みください。

※資格取得者とは、誕生日を迎えて75歳になった方や、他市町村で既に後期高齢者の方が静岡市に転入した方のことをいいます。

誕生日の2か月後の下旬に送付予定です。(例:4月生まれの方は、6月下旬に送付予定です。)



注意 令和7年度中に75歳を迎える方へ

特定健康診査の受診券が届いた方が受診できるのは**誕生日の前日**までです。
誕生日以降に受診される方は**後期高齢者医療制度の健康診査**に変更になりますので、健康づくり推進課までお問合せください。