

健康づくりの第一歩 受けて安心 特定健診

40歳～74歳の国民健康保険加入の方へ
特定健康診査・特定保健指導のご案内

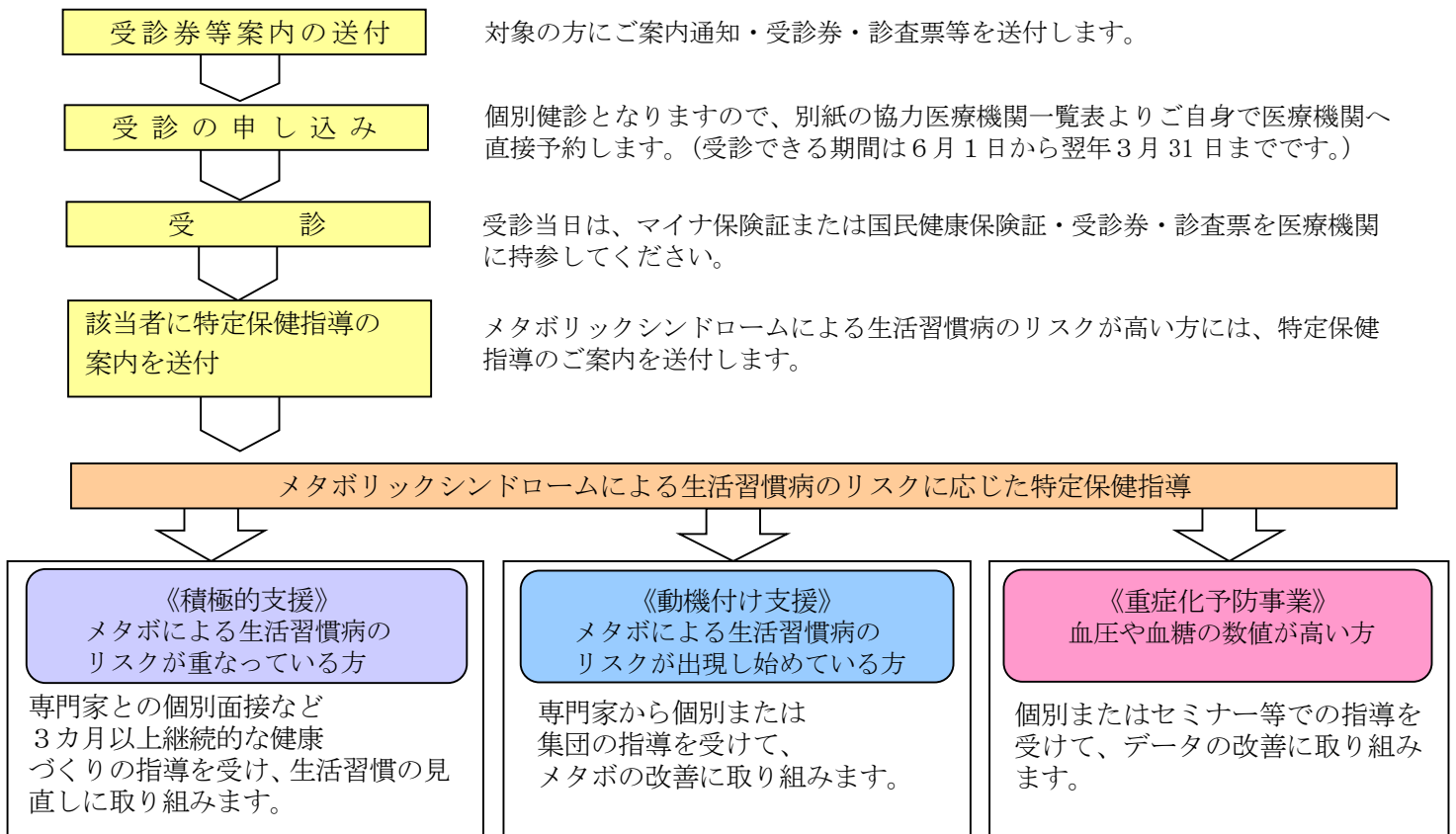
特定健康診査とは？

生活習慣病の前段階であるメタボリックシンドロームを予防・改善するための健診です。

特定保健指導とは？

特定健康診査の結果により、専門家（保健師・管理栄養士等）から受けられる、メタボリックシンドロームの予防・改善に役立つ食事や運動などの指導のことです。

特定健康診査・特定保健指導 利用の流れ



海老名市国民健康保険の健診項目と生活習慣病のリスクによる段階分け

	追加リスク		対象	
	①血糖	②脂質	④喫煙歴	
	ヘモグロビン A1c 5.6%以上	中性脂肪（空腹時）150 mg/dl 以上 もしくは 中性脂肪（随時）175 mg/dl 以上 または HDL コレステロール 40mg/dl 未満	最近1カ月間に喫煙	40～64歳 65～74歳
腹 囲 男性 85cm 以上 女性 90cm 以上	上記のうち2つ以上該当		あり	積極的支援
	上記のうち1つ該当		なし	動機付け支援
上記以外で BMI 25 以上 BMI=体重(kg) ÷ (身長(m)) ²	上記のうち3つ該当		あり	積極的支援
	上記のうち2つ該当		なし	動機付け支援
	上記のうち1つ該当			動機付け支援

💡生活習慣病の進行について

不健康な生活習慣が
積み重なる

体に異常が
現れてくる

血管が傷つきはじめます

特定健診は
ここをチェック

メタボ

ドロドロ

動脈硬化が
急速に進行!!

STOP! 生活習慣病



特定保健指導の対象となった方には、
セミナー案内通知をお送りします。
ぜひ、ご参加ください!!

- 生活機能の低下
- 要介護状態
- 認知症

発症!!

人間ドックを受検された方には、費用助成を行っています

人間ドックを受検された方には、費用の一部助成を行っています。申請方法は下記のとおりです。

①人間ドックを受検

人間ドックを実施している医療機関に直接予約し、受検する。

※指定の医療機関はありません。

※受検項目は、海老名市特定健診の基本項目を全て満たしていること。基本項目については、
診査票の各健診項目を確認してください。

②費用助成の申請

必要書類を全てそろえて、郵送または市役所1階6番窓口にて申請する。

【必要書類】

1. 申請書兼請求書
2. 同意書
3. 領収書及び領収明細書（写し）
4. 問診票①・②
5. 受検結果（写し）

※申請期間は、受検日が属する年度内となります。年度をまたいだ申請は受け付けできません
ので、受検後は速やかに申請してください。

※申請書兼請求書、同意書、問診票①・②は市ホームページより様式をダウンロードできます。

※必要書類に不備がある場合には、申請を受け付けることができませんので、ご注意ください。

③助成金額の支給

受検内容等の審査の結果、助成が決定された方には、決定通知書をお送りします。

なお、申請時に記入いただいた申請額と支給決定額が異なる場合がありますので、ご了承ください。

人間ドック費用助成を利用される方は、同一年度内に特定健康診査を受診することはできません。

特定健康診査、特定保健指導、人間ドック費用助成のお問い合わせは
国保医療課 046-235-4594