

国民健康保険に加入の40歳～74歳の方へ

国保特定健診を受けましょう!!

生活習慣病や合併症への進行を
予防するための健診です。

健診を受けて早めに受診につながる方が
医療費の負担も少ないんだね。



知らないと損

生活習慣病で通院中の人の
1人当たりの年間医療費

約2倍!

約37万円

約74万円

特定健診受診者

未受診者

資料:KDBシステム(令和6年度)

よくある質問

Q すでに生活習慣病で治療中なので健診は受けなくていい?

A 健診の受診をおすすめします。定期的な受診をしても、検査をひと通り行っているとは限りません。かかりつけ医と相談し、この機会にぜひお受けください。

国保特定健診受診の方

受診約2週間後

説明は
無料

医療機関で直接結果説明を受ける

情報提供レベルの方

動機付け支援・
積極的支援の方

ご自身での健康づくりを
続けましょう!

薬剤治療中の方
主治医のもとで
治療を
続けてください。

約2か月後

食事・運動に関する
アドバイスを受けたい方は
お気軽にご相談ください!

特定保健指導を受けて、
健康な体を目指しましょう!

無料

職場等で保健指導を
受ける機会のない方

人間ドック・職場の健診受診の方

● 人間ドック 裏面を参考に受診してください

● 職場の定期健康診断 (雇用主にご確認ください)
結果の写しを市民健康課までご提出ください。

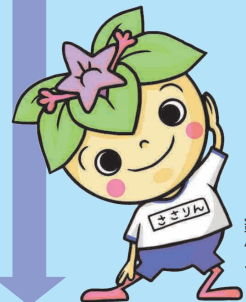
必要に応じて保健指導をご案内しますので
お気軽にご相談ください!

健康づくりアドバイスシートが自宅に届く

「健康づくりアドバイスシート」は問診や健診結果を元にした、健康づくりのアドバイスが記載されたものです。ご自身の健康づくりの参考にご活用ください。(74歳までの方へ送られます。)

特典

スポーツクラブ お試しクーポンプレゼント!



鎌倉市
健康づくりキャラクター
ささりん