

40歳以上で豊橋市国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入している方へ
特定健康診査・健康診査、特定保健指導を受けて
生活習慣病を予防しましょう

■特定健康診査受診券はオレンジ色、健康診査受診券はうす緑色



■特定健康診査・健康診査について
 生活習慣病の芽といわれている「メタボリックシンドローム」を早期に発見するために、特定健康診査・健康診査(表1)を受診して自分の体の状況を確認することからはじめましょう。特定健康診査・健康診査は、医療保険者(保険証の発行元)が実施します。豊橋市国民健康保険および後期高齢者医療制度以外の保険(国保組合・共済組合・企業健保など)に加入している方は、各医療保険者へお問い合わせください。なお、豊橋市国民健康保険および後期高齢者医療制度の資格がなくなった場合は、受診できません。受診券を健康増進課に返還してください。また、受診予定日までには社会保険などの資格取得が見込まれる場合は、受診を控えてください。

■特定健康診査・健康診査の受診方法
 受診券と保険証、昨年度の健診結果や人間ドック結果表(持っている方のみ)を持参し、表2のいずれかの方法で受診してください。

■表1 特定健康診査・健康診査の対象と健診期間

区分	豊橋市国民健康保険 特定健康診査	後期高齢者医療制度 健康診査
対象	<ul style="list-style-type: none"> 平成27年4月1日から継続して豊橋市国民健康保険に加入している40歳から75歳未満の方 平成27年度に75歳になる昭和15年10月～昭和16年3月生まれの方 	<ul style="list-style-type: none"> 76歳以上の方 平成27年度に75歳になる昭和15年4～9月生まれの方 65歳以上で一定の障害があり、後期高齢者医療制度に加入している方
健診期間	平成28年3月15日まで ※昭和15年4～9月生まれの方は、誕生日の翌月末に受診券を発送します ※昭和15年10月1日～昭和16年3月15日生まれの方は実施期間が異なります	

※4月1日現在の加入者が5月下旬の受診券送付対象となります。4月2日以降に加入した方は健康増進課までご連絡ください

■表2 特定健康診査・健康診査の受診方法

受診方法	予約方法	結果返却方法	健診料
医療機関(病院・診療所)	直接、本紙5月1日号と同時配布の「保健衛生事業のご案内」またはホームページに掲載の実施医療機関	直接、医療機関から通知	無料
集団健診(市役所・保健所・各地域福祉センター)	表3「集団健診日程」または受診券裏面で日程・実施場所を選択のうえ、健康増進課(☎39・9141)	約3～4週間後に通知	無料
人間ドック併用(市内契約病院)	月～金曜日(祝・休日を除く)午後2時以降に電話で表5「人間ドック実施医療機関一覧」の医療機関※特定健康診査・健康診査と同時受診の旨お伝えください。人数に限りあり	病院により異なります	表5参照
集団人間ドック併用(JA豊橋)	表6「JA豊橋集団人間ドック日程表」で日程・実施場所を選択のうえ、JA豊橋(☎25・9225)※予約時、特定健康診査・健康診査と同時受診の旨お伝えください。人数に限りあり。JA組合員以外も受診可	約3週間後に結果説明会を実施 ※不参加の場合は郵送	2,220円 (定価9,240円)

問い合わせ 健康増進課(☎39・9141)

■表3 集団健診日程 ※定員は各90人(申込順)

とき	受付時間	ところ
6月19日(金)～22日(月)、7月23日(木)・24日(金)、10月29日(木)・30日(金)、11月28日(土)・29日(日)、来年1月12日(火)・14日(木)・24日(日)	午前9時30分～10時30分	保健所・保健センター (中野町字中原「ほいっぷ」内)
6月27日(土)・28日(日)、7月4日(土)・5日(日)、11月1日(日)、来年1月30日(土)・31日(日) ※11月1日はポルトガル語の通訳あり		市役所講堂 (東館13階)
7月31日(金)※夜間健診	午後6時～7時	保健所・保健センター
9月6日(日)	午前9時30分～10時30分	大清水地域福祉センター (大清水町字大清水)
9月27日(日)		牟呂地域福祉センター (牟呂町字内田)
10月25日(日)		つつじが丘地域福祉センター (佐藤五丁目)

■表4 肺(結核・肺がん)検診または胃がん検診との同時受診

検診名	とき	受付時間	ところ	定員(申込順)
肺(結核・肺がん)セット検診	6月22日(月)、7月24日(金)	午前9時30分～10時30分	保健所・保健センター	特定健康診査・健康診査合わせて90人
胃がんセット検診	10月30日(金)、来年1月14日(木)			特定健康診査・健康診査合わせて50人

※肺検診・胃がん検診単独では受診できません

■表5 人間ドック実施医療機関一覧

医療機関名	コース名	定価	自己負担額
光生会病院 (☎61・3000)	半日ドック	32,400円	19,000円程度
国立病院機構 豊橋医療センター (☎62・0301)	日帰りドック (A・Bコース)	[Aコース] 37,000円	[Aコース] 23,600円程度
		[Bコース] 31,900円	[Bコース] 18,500円程度
佐野医院 (☎52・3906)	半日ドック	32,400円	19,000円程度
豊橋市民病院※ (☎33・6271)	胃透視超音波コース ほか	35,530円～	22,100円程度～
豊橋元町病院 (☎26・1120)	人間ドック (半日コース)	32,400円	19,000円程度
成田記念病院 (☎31・3806)	半日ドック	42,120円	28,700円程度

※豊橋市民病院では、特定健康診査・健康診査単独での受診はできません

■表6 JA豊橋集団人間ドック日程表 ※時間は午前8時20分～

とき	ところ	とき	ところ
5月26日(火)	西支店	10月21日(水)	いなみ支店
6月22日(月)	前芝支店	10月28日(水)	津田支店
7月8日(水)	石巻支店	11月2日(月)	高師原支店
7月15日(水)	大津支店	11月9日(月)	本店
7月22日(水)	二川支店	11月18日(水)	磯辺支店
7月28日(火)	高師原支店	12月2日(水)	石巻支店
7月29日(水)	いなみ支店	12月7日(月)	東田支店
7月30日(木)	北支店	12月9日(水)	西支店
7月31日(金)	本店	来年1月6日(水)	二川支店
8月5日(水)	第6事業所	1月8日(金)	本店
8月21日(金)	大村支店	1月15日(金)	高豊支店
8月26日(水)	杉山支店	1月19日(火)	杉山支店
9月2日(水)	岩田支店	1月20日(水)	高師原支店
9月4日(金)	本店	1月27日(水)	福岡支店
9月8日(火)	大津支店	2月3日(水)	いなみ支店
9月14日(月)	西支店	2月5日(金)	大村支店
9月16日(水)	吉田方支店	2月10日(水)	大津支店
9月30日(水)	福岡支店	2月16日(火)	第6事業所
10月1日(木)	高豊支店	2月17日(水)	二川支店
10月13日(火)	本店	2月24日(水)	吉田方支店
10月14日(水)	磯辺支店	2月25日(木)	本店

■特定保健指導について
健診の結果、生活習慣の改善が必要な方に、特定保健指導の案内を送付します。食事や運動、喫煙などの生活習慣を見直すことで、糖尿病などの生活習慣病を未然に防ぐだけでなく、生涯にわたっての生活の質の維持・向上のための健康づくりに役立ちますので、案内が届いたら、積極的にご参加ください。

■次の方は、健康増進課までご連絡ください
・受診券を紛失した
・年度途中で豊橋市国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入した

・豊橋市国民健康保険に加入し、パートなど勤め先で事業主健診を今年度受診した
■メタボ川柳を募集します
6月は特定健康診査・特定保健指導普及啓発月間です。これに合わせ、市では、メタボリックシンドロームの予防・啓発につながる「メタボ川柳」を募集します。詳しくは今号20ページをご覧ください。

〈昨年の優秀作品〉
「脱メタボ 心に履かすスニーカー」
「健診で救った命輝かす」