

健康診査

糖尿病・高血圧・脂質異常症など
生活習慣病を早期発見するための健診
です。年に1度受診しましょう！

検査時間は約30分

※混雑状況により、健診にかかる時間が前後することがあります。

【検査項目】



問診・診察



身体測定



血液検査



血圧測定



尿検査

特定健康診査

対象 久留米市国保に加入の**40～74歳**

費用 **無料**

受診に必要なもの

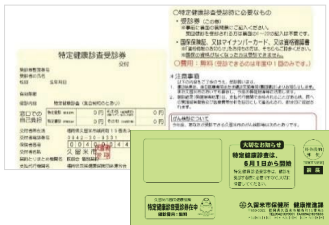
①国保保険証またはマイナンバーカード※

または**資格確認書**

※ マイナンバーカードを保険証として利用できない医療機関があります。
利用可能かどうかは、医療機関へお問い合わせください。

②特定健康診査受診券

対象の人には5月下旬に緑色の封筒で郵送しています。令和6年4月2日以降に市国保に加入した人(転入含む)は申請により受診券を交付します。くるめけんしんダイヤル(0120-489-961)まで。



特定健診について
詳しくはこちら→



注意

- ・受診の前日は、飲酒や激しい運動は避け、十分な睡眠をとってください。
- ・受診前10時間は、水以外は飲んだり食べたりしないでください。
- ・尿検査があります。女性は月経(生理)中を避けて受診してください。

生活習慣病予防健康診査

対象 ①**35～39歳**

②40歳以上で各医療保険の被保険者・被扶養者でない人(生活保護受給者等)

費用 **500円**

受診に必要なもの

①本人確認書類(健康保険証や運転免許証など)

②けんしん費用

(※市民税非課税世帯の人や生活保護受給世帯の人等は免除。
詳しくは4ページへ)

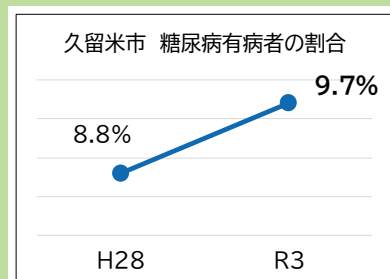


久留米市で**糖尿病**増えています

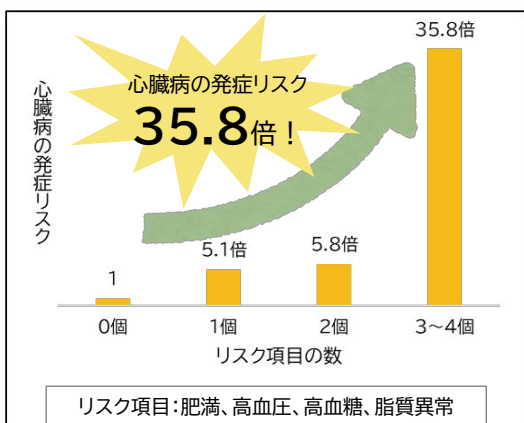
令和3年度の結果では、特定健診の受診者の**10人に1人**が糖尿病有病者でした。

糖尿病の危険度は、健診の血液検査でわかります。

血糖値(空腹時・随時) **100mg/dl以上**
ヘモグロビンA1c **5.6%以上** の人は**要注意**です！



特定健診受診後は**特定保健指導**でメタボ改善・生活習慣病予防！



重大な病気を引き起こす前に、**リスクを減らす**ことが大切！

特定保健指導対象の人には、保健師や管理栄養士等の健康づくりに関わる専門職が、あなたの生活の「**見直しポイント**」を一緒に考え、**健康づくりをサポート**します。

これからの元気で豊かな暮らしのために、
“できることからコツコツと”一緒に始めましょう。

動画でわかる！特定保健指導
医師による解説はこちら→

