



令和8年度 高山村

特定健診のご案内です

40歳～74歳の国保被保険者の方



健診の受け方は3種類

※集団健診、個別健診、人間ドックは重複して受診できません。

① 集団健診

予約不要

予約不要で、下記のとおり実施します。
ご希望の日にお越しください。

実施日	受付時間
7月31日(金)	午前7時～10時
8月1日(土)	
11月25日(水)	午前8時30分 ～10時30分
【会場】 いぶき会館	

[費用] 無料

※がん検診をご希望の方は別途費用がかかります。
詳しくは総合健診のお知らせをご確認ください。

[持ち物] ・特定健康診査受診票・受診券
・早朝採取した検尿容器

[その他]

- ・健診前夜の9時以降は水以外のものは飲食しないでください。
- ・毎朝薬を服用している方は、主治医に「健診当日の朝の薬はいつ服用したらよいか」確認をしておいてください。

② 個別健診

県内の医療機関にご自身で予約していただく健診です。レントゲンやがん検診は含まれていませんのでご注意ください。

[費用] 無料

[持ち物] ・特定健康診査受診票・受診券
・健康保険証
・その他医療機関で必要と言われたもの

[期間] 令和8年6月1日から
令和9年3月31日まで

③ 人間ドック

任意の医療機関にご自身で予約していただく健診です。

[費用] 有料

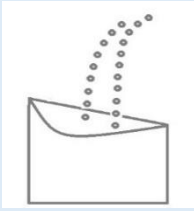
※医療機関によって費用が異なります。

受診後、健診結果と領収書の提出で人間ドック受診費の助成を申請することができます。
※集団健診または個別健診を受けた場合は申請ができませんのでご注意ください。
⇒詳しくは役場住民課へ(0279-63-2111)

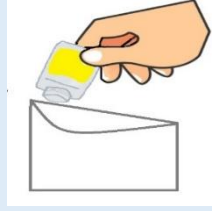
[検尿の採り方]

健診当日、採尿容器で朝一番の尿を採ってご持参ください。

採尿セット：折りたたみ紙コップ、採尿容器、ジッパー付ビニール袋



①朝一番の尿を採る



②配布された採尿容器で尿を吸い上げる



③健診会場に持って行く

[特定健診って？]

特定健診は 40～74 歳の方を対象に、生活習慣病の予防・改善を目的として行う健診です。

健診を受診し、体の状態を数値で把握して生活習慣を見直すことが大切です。

血液検査

身体計測

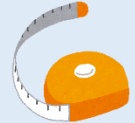
血圧測定

診察

尿検査

質問票

特定保健指導



これらの検査が全て**無料**で受けられます

～次のような生活習慣病の兆候を見つけることができます～

高血圧症

脂質異常症

糖尿病

動脈硬化

慢性腎臓病

腎不全

肝炎

肝硬変 など

なぜ受ける必要があるの？

「通院しているから大丈夫」「去年受けたから今年は受けない」

「自覚症状がないから受ける必要がない」と思っていないですか？

⇒ 特定健診は自覚症状のない病気を発見、予防することができる健診です。
通院をしている方でも、自覚症状がない方も、昨年受けた方も毎年継続して受診をすることが大切です。

村では特定健診のご案内のハガキを郵送しています。

1年に1度は健診を！



————勤務先の健診や人間ドックを受ける国保被保険者の方へ お願い————

パートなどの勤務先や人間ドックで健康診断を受ける方は健診結果のコピーなど必要書類を提出すれば、特定健診を受診したことになりますので、ぜひご協力ください。