

特定健康診査を受けましょう!! ②

～国民健康保険以外の方の場合～

平成 20 年度から 40 歳～ 74 歳までの方を対象に実施している特定健康診査（特定健診）は保険者（国民健康保険や社会保険等）が行う健診です。

前号は国民健康保険の特定健診について説明しましたので、今回は社会保険の方の健診についてお知らせします。

社会保険に加入している 40 歳～ 74 歳の方は、下記を読んで該当される健診を受診してください。なお、下記に掲載した方法は主に長野県内の医療保険者に加入されている方の場合です。岐阜県等の管轄の医療保険者に加入されている方は、加入されている医療保険者へ必ず確認してください。

1 【対象者】

社会保険加入者には 2 とおりの方がいます。

番号	種 類	特定健診の対象者か	どうすればいいか
①	被保険者 (お勤めを されている方)	特定健診の対象者 ではありません。	事業主健診（事業主が行わなければならない健診） の対象者となります。 各事業所へお問い合わせください。
②	被扶養者 (①の方の保険に 加入されている方)	特定健診の対象者 となります。	下記の方法等で特定健診を受けることができます。

2 【受診場所】

上記②の方は下記の場所を選択して受けることができます。

多くの場合、健診は事前に電話等での予約が必要です。健診機関に行く場合には、受診できるか事前に確認してください。

番号	(※) 集合契約	受診方法	(※) 健診機関	実施期間等
①	集合契約に 参加してい る保険者	保険者が契約して いる個別の健診機 関で受ける	篠崎医院 ☎57-2016 古根医院 ☎55-1188	各保険者の契約期間に より異なります。各保 険者へお問い合わせく ださい。
		国保の実施する 集団健診で受ける	長野県厚生農業協同組合 連合会健康管理センター ☎0267-82-2677	
②	集合契約に 参加してい ない保険者	保険者が契約して いる個別の健診機 関で受ける	各保険者により異なります。 各保険者へお問い合わせください。	

※集合契約とは、健診・保健指導機関と医療保険者のそれぞれが集まってグループにまとまり、グループの代表を決めて行う契約のことをいい、全国の保険者が参加しています。また、集合契約に参加している保険者が契約している個別の健診機関は他にもあります。詳細は長野県保険者協議会HP (<http://www.kokuho-nagano.or.jp/kyougikai/kenshin/kenshin.html>) でご覧いただくことができます。

3 【注意事項】

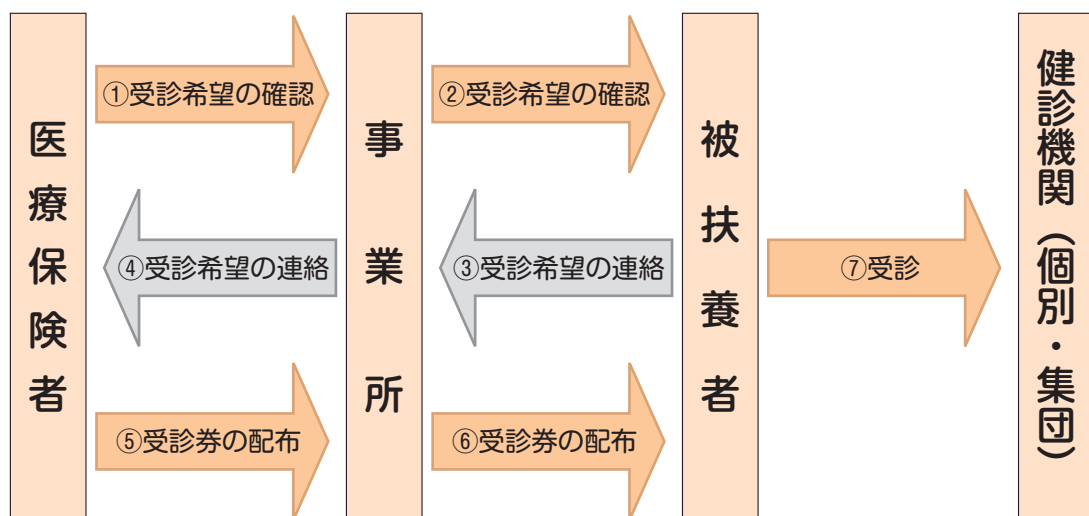
どの方法で健診を受ける場合であっても保険者が発行する

「特定健康診査受診券」が必要です。

健診を受診される前には、発行された特定健康診査受診券や同封されている資料をよくご確認ください。



社会保険の被扶養者の方の受診券発行から受診までの流れ



※協会けんぽ以外は①～④の手続きがない場合があります。

お問い合わせ先

南木曾町役場 住民課 住民係 ☎0264(57)2001

歯の衛生週間

—6月4日から10日まで—



よく噛むことは、肥満・メタボの予防・解消に！

よく噛んで食べると...

満腹感が得られ、
食べすぎない

唾液がよく出て口の
中をきれいにする

肥満の予防・解消
になる

歯周病の予防に



食べ物を口に入れたら、はしを置いて噛むとよいでしょう。目標、1口30回。

お問い合わせ先

南木曾町役場 住民課 保健衛生係 ☎0264(57)2001