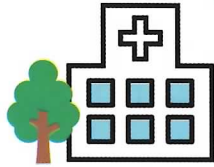


予備健診



2頁の日程で、ご都合のつかない方は、健診実施機関の千葉診療所でも受診することができます。(要予約)

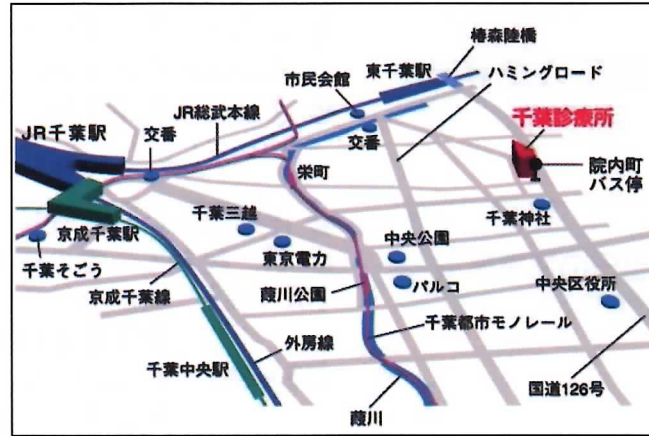
〔予約先〕

(一社)千葉衛生福祉協会 千葉診療所
住所 千葉市中央区院内1-8-12
電話 043-225-8977
月～金曜日8:30～15:00
土曜日8:30～10:00

〔健診期間・日時〕

令和5年11月1日(水)～令和6年2月29日(木)
月～木8:30～10:30/13:30～14:30
土曜日8:30～10:30 ※休診日を除く

〔健診費用〕 1,000円



こんなときはどうする…



受診票をなくしてしま
った。

受診票等の書類は、なくしたり、破損等された場合は、再発行いたします。
下記、国保年金課給付管理係までご連絡ください。
再発行の際は、保険証をお持ちください。



受けようと思ったけど
当日、体調が
悪くなってしまった。

受診はやめ、体調の良い別日に受診してください。
尿検査容器が採取済みの場合は、再度お渡しして
います。
下記、国保年金課給付管理係までご連絡ください。



今年受診しなかった
から、来年は案内が
来ないかもしれない。

ご案内(受診票)は、対象者全員に送付いたします。
※今年39歳の方は、次年度は特定健診のご案内を送付
いたします。健診項目は、30代健診と同じです。
その他ご不明点は、お問い合わせください。

当日の準備(お出かけ前)

- 国民健康保険被保険者証
(マイナンバーカード不可)
⚠️ 忘れた場合は、受診できません。
- 受診票
- 尿検査容器(当日朝採取)
- 健診費用(1,000円)
- 靴下
- 下足袋
- スリッパ(スポーツプラザ会場のみ)

Yachimata 八街市

市民部 国保年金課
給付管理係

〒289-1192
千葉県八街市八街ほ35番地29

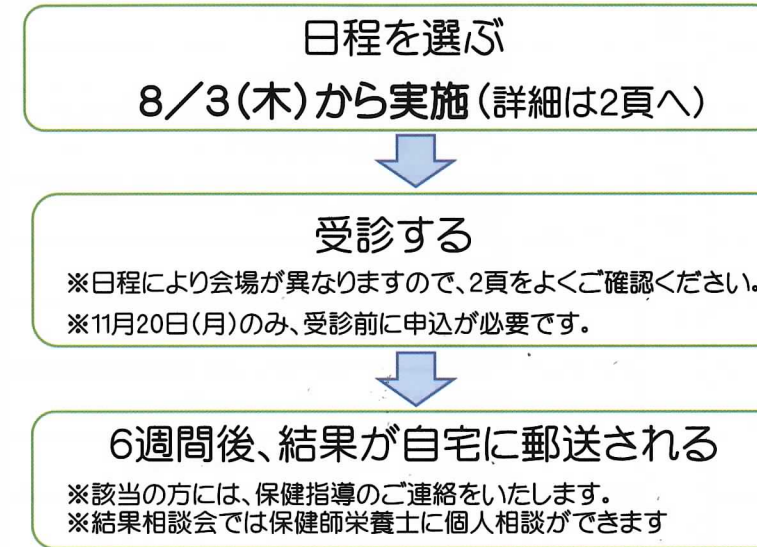
TEL 043-443-1139
FAX 043-444-0815

令和5年度 八街市国民健康保険加入者

30代健診 実施のお知らせ

8月3日(木)から八街市国民健康保険加入者の30代の方々を対象とした健康診断を実施いたします。健康に悪い習慣は、40代から病気としてあらわれてきます。
まずは30代健診を受け自分の体の状態を知り、食・生活習慣を改善していきましょう。

〈受診の流れ〉



健診は1時間程度

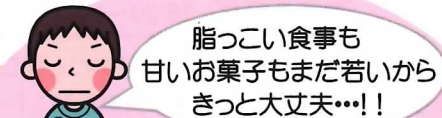
- ①測定(身長・体重・腹囲)
- ②問診・血圧
- ③採血(血液検査)
- ④診察



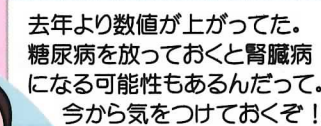
費用 1,000円

(10,000円程かかる検査が1,000円で受けられます。)

受診の おすすめ ポイント!!



脂っこい食事も
甘いお菓子もまだ若いから
きっと大丈夫…!!
問題のない今の状態(平常値)を知って
おくと、数値の変化に気がつきます。



去年より数値が上がった。
糖尿病を放っておくと腎臓病
になる可能性もあるんだって。
今から気をつけておこぞ!

この頃、疲れやすいし、
胸がドキドキするのよね…。



八街市は、『貧血検査』と
『腎機能検査』も全員実施します。



検査を受けて良かった!!
貧血だったなんて。
疲れやすいのは、
そのせいだったのね。

病気になると
医療費がかかり、
家計に負担を
かけます!



わかる数値

身長・体重・腹囲・BMI・血圧
中性脂肪・HDL・LDL・GOT・GPT
r-GTP・血清尿酸・HbA1c
ヘマトクリット・血色素量
クレアチニン・eGFR・メタボ判定
尿糖・尿蛋白

(医師が必要と判断した方のみ:眼底・心電図)

予防する病気

糖尿病/動脈硬化症
脂肪肝/高血圧症
肝硬変/慢性腎不全
など

健診日程

お住まいの対象地区の日程の日にお越しください。
定員制限がありますが、11月20日(月)を除き予約なし申込なしで受診できます。
ご都合がつかない場合は、別地区の日程で受診いただけます。(連絡不要)

会場	日時	対象地区	会場	日時	対象地区
市スポーツプラザ	8月3日(木)	午前 希望ヶ丘、西林、夕日丘、四木、滝台 用草、勢田、吉倉	市総合保健福祉センター	8月10日(木)	午前 一区、みどり台、富山、住野、四区
		午後 西林、夕日丘、吉倉、上砂、希望ヶ丘			午後 二区、朝日、榎戸、八街榎戸学園台
市総合保健福祉センター	8月4日(金)	午前 東吉田、大関、西林、夕日丘、大谷流、小谷流 根古谷、岡田、砂、上砂、ガーデンタウン	市総合保健福祉センター	8月11日(金)	夜間 全地区
		午後 東吉田、真井原、夕日丘、根古谷 ガーデンタウン			午前 二区、大東、泉台、文達
市総合保健福祉センター	8月5日(土)	午前 二区、山田台、沖、真井原、大谷流、小谷流 岡田	市総合保健福祉センター	8月12日(土)	午後 三区、朝日、富山、みどり台、喜望の杜
		午後 大関、藤の台、四木、滝台、勢田			午前 朝日、榎戸、泉台、文達、山田台
市総合保健福祉センター	8月6日(日)	午前 三区、五区、七区、ライオンズガーデン 富山、藤の台	市総合保健福祉センター	11月20日(月)	午後 一区、富山、住野
		午後 四区、文達、用草、砂			午前 【完全予約制】の日 (八街市公式LINEで10月1日(日)から 申し込み開始予定)
市総合保健福祉センター	8月7日(月)	午前 六区、七区、榎戸、泉台、喜望の杜 八街榎戸学園台	市総合保健福祉センター	11月21日(火)	午後 砂、滝台、根古谷
		午後 大東、文達、沖			午前 砂、滝台、根古谷
市総合保健福祉センター	8月8日(火)	午前 一区、六区、住野、山田台	市総合保健福祉センター	11月22日(水)	午後 山田台
		午後 五区、ライオンズガーデン、東吉田、住野			午前 七区、岡田、勢田
市総合保健福祉センター	8月9日(水)	夜間 全地区	市総合保健福祉センター	11月23日(木)	午後 上砂
		午前 三区、四区、五区、ライオンズガーデン 大東、朝日、みどり台			午前 沖、喜望の杜、八街榎戸学園台
市総合保健福祉センター	8月9日(水)	午後 一区、二区、六区	市総合保健福祉センター	11月23日(木)	午後 真井原、吉倉

受付時間	部	定員	整理券配布	時間	受付時間
市総合保健福祉センター	午前の部	210名	8:30~	9:00~11:00	9:00~11:00
	午後の部	120名	13:00~	13:30~15:00	13:30~15:00
	夜間の部	120名	16:30~	17:00~19:00	17:00~19:00

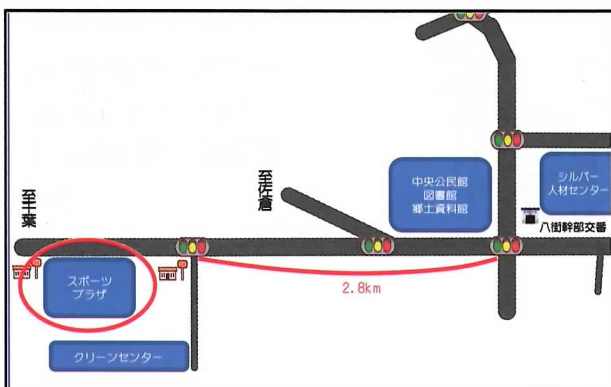
※各回定員に達し次第受け付け終了させていただきます。また、特定健診(40~74才)と同日程での同時実施ですので、午前の部と11月は組み合わせが懸念されます。ご了承ください。
※健診実施機関：(一社)千葉衛生福祉協会 千葉診療所
※11月20日(月)の申込方法等詳細は9月に市LINE、広報等でご案内いたします。

健診会場案内

日程により、場所が異なります。お間違えないよう、よくご確認ください。

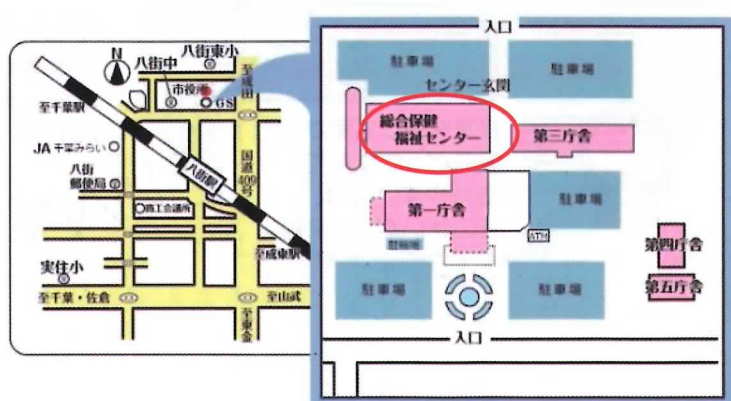
市スポーツプラザ (八街市八街い84-10)

整理券配布：1階正面入口 受付/健診会場：1階ロビー



市総合保健福祉センター (八街市八街ほ35-29)

整理券配布：1階正面入口 受付/健診会場：2階



受診票の記入方法

- 住所・氏名・生年月日にあやまりがないか確認してください。
- 日中連絡が取れる電話番号を記入してください。
- ①~③を記入してください。(鉛筆か黒のボールペンで記入してください。)
『①今までにかかった病気〜』は、
定期的に通院し服薬治療を行っている場合は 服薬→ 1
定期的に通院し服薬治療を行っていない場合は 通院→ 2
を、記入してください。

前日の注意事項

- 食事・水分・薬などの制限はありませんが、前日の激しい運動や飲酒はお控えください。
- 空腹時の結果を知りたい方は、朝食を抜いて午前の部で受診してください。

当日の注意事項

- 体調の良い日に受診してください。
- 朝、起きて一番の尿を採ってください。(採尿方法説明書参照)
- 【服装】 腕が出しやすく、上下が分かれた服
靴下をはいてきてください。(センター会場は、素足厳禁。)
- 【持ち物】 国民健康保険被保険者証(マイナンバーカード不可)
受診票、尿検査容器(採取済)、健診費用(1,000円)
靴を持ち歩く方は、下足袋をご持参ください。(履き間違い防止)
スポーツプラザにお越しの方は、スリッパをご持参ください。
※忘れると受診できません。

会場での流れと注意事項

お車でお越しの方へ 駐車場の門扉は8:00過ぎには開錠しています。
開錠前の門扉付近・近隣での駐車・停車・旋回は、
近隣のご迷惑となりますので行わないでください。

① 「1階」正面入口で受診票と保険証を提示し、整理券を受け取る。

※整理券は、時間前に配布しません。熱中症等のおそれもありますので、配布開始10分以前に並ぶことはご遠慮ください。
※整理券には、受付開始時間が書いてあります。受付開始時間までには、会場にお戻りください。係員がご案内します。
※整理券の紛失にご注意ください。紛失した場合整理番号は無効になります。

② 受付する。(整理券の受付時間に、健診費用を払う。)

※受付場所は、市スポーツプラザは1階ロビー、市総合保健福祉センターは2階の健診会場に設けています。
※健診会場は、土足禁止ですので、入室時、靴を脱いでいただきます。(靴は靴箱にいれるか、ご持参の下足袋に入れてお持ちください。)
※健診会場は、土足禁止ですので、ベビーカー等の乗り入れはできません。

③ 健診を受ける。

1.身長・体重測定 2.問診・血圧測定 3.腹囲測定 4.診察 5.採血
(5.のあと医師の判断で対象になった方は 心電図・眼底検査・保健指導)

終了

重要な注意事項

- 30代健診の対象者は、八街市国民健康保険加入者で、昭和59年4月1日から平成6年3月31日生まれの30代の方です。(令和6年3月31日時点で30代の方)
- 受診日に国保資格のない方は受診できません。(後日、遡り資格喪失をする方を含みます。)
資格喪失が判明した場合は健診費用全額を弁償いただきます。