

<利根町の方へ>

特定健診(集団健診)のお知らせ

下記日程でも、特定健診を受診することができます。

<当日持参するもの>

- ・特定健診受診券
- ・マイナ保険証等

※マイナ保険証等とは

- 「マイナ保険証」、「マイナ保険証+資格情報のお知らせ」、「マイナポータルの資格情報画面」
- 「資格確認書」、「従来の健康保険証(国が暫定的に認める期間まで)」のことを指します。
- ・健康診断問診票(裏面の問診表をご記入の上、ご持参ください)

<健診内容>

- ・基本項目 { 身体計測・血圧・腹囲・尿検査(糖・蛋白)
採血/脂質-HDL.LDL.TG・肝機能-AST.ALT. γ-GT・血糖-HbA1c(NGSP)
尿酸・クレアチニン }
- ・その他 { 追加項目 }

<健診料金>

基本項目料金 ¥7,150
本人負担(差額) ¥0 協会けんぽ負担 ¥7,150(受診券に記載)

その他追加項目 ・心電図 ¥1,000 ・眼底 ¥1,000 ・貧血 ¥200
(集団健診料金)

<特定健康診査(集団健診)受診上の注意事項>

- 1.特定健康診査を受診する際には、受診券とマイナ保険証等を受付に提出してください。
- 2.特定健康診査は、受診券に記載されている有効期限内に受診してください。
- 3.当日、食事を制限する必要はありません。

<令和7年度 特定健診(集団健診)日程>

受付時間 AM9:00~10:30 PM1:00~2:30

6月3日	(火)	利根町文化センター
6月4日	(水)	利根町役場
6月5日	(木)	
6月6日	(金)	
6月8日	(日)	
6月9日	(月)	文間地区農村集落センター
6月10日	(火)	利根町文化センター
6月11日	(水)	
6月12日	(木)	
6月13日	(金)	利根町生涯学習センター
10月21日	(火)	利根町文化センター
10月22日	(水)	利根町役場
10月23日	(木)	利根町生涯学習センター
10月24日	(金)	利根町文化センター
10月25日	(土)	

※10月21日(火)はミニドック健診

注)その他、町で実施している検査については、町の広報等をご覧ください。

特定健診問診票

フリガナ		男・女
氏名		
生年 月日	(昭・平) 年 月 日	歳

※ 該当する
「□」枠内に
「○」を記入し
てください。

0	食後何時間ですか。	① ☐ 10時間以上	② ☐ 3. 5時間以上 10時間未満	③ ☐ 3. 5時間未満
1	現在、aからcの薬の使用の有無 a.血圧を下げる薬	① ☐ はい	② ☐ いいえ	
2	b.血糖を下げる薬又はインスリン注射	① ☐ はい	② ☐ いいえ	
3	c.コレステロールや中性脂肪を下げる薬	① ☐ はい	② ☐ いいえ	
4	医師から、脳卒中(脳出血、脳梗塞等)にかかっているといわれたり、治療を受けたことがありますか。	① ☐ はい	② ☐ いいえ	
5	医師から、心臓病(狭心症、心筋梗塞等)にかかっているといわれたり、治療を受けたことがありますか。	① ☐ はい	② ☐ いいえ	
6	医師から、慢性腎臓病や腎不全にかかっているといわれたり、治療(人工透析など)を受けていますか。	① ☐ はい	② ☐ いいえ	
7	医師から、貧血といわれたことがある。	① ☐ はい	② ☐ いいえ	
8	現在、たばこを習慣的に吸っていますか。(加熱式、電子タバコ含む) ※「現在、習慣的に吸っている」とは、右記条件1と条件2を両方満たす場合をいう。	① ☐ はい	② ☐ 以前は吸っていたが、最近1か月間は吸っていない(条件2のみを満たす)	③ ☐ いいえ(①・②以外)
9	20歳の時の体重から10kg以上増加している。	① ☐ はい	② ☐ いいえ	
10	1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施している。	① ☐ はい	② ☐ いいえ	
11	日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施している。	① ☐ はい	② ☐ いいえ	
12	ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い。	① ☐ はい	② ☐ いいえ	
13	食事をかんで食べる時の状態はどれにあてはまりますか。	① ☐ 何でもかめる	② ☐ かみにくい	③ ☐ ほとんどかめない
14	人と比較して食べる速度が速い。	① ☐ 速い	② ☐ 普通	③ ☐ 遅い
15	就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある。	① ☐ はい	② ☐ いいえ	
16	朝昼夕の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか。	① ☐ 毎日	② ☐ 時々	③ ☐ ほとんど摂取しない
17	朝食を抜くことが週に3回以上ある。	① ☐ はい	② ☐ いいえ	
18	お酒(日本酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲む頻度はどのくらいですか。 ※「やめた」とは、過去に月1回以上の習慣的な飲酒歴があった者のうち、最近1年以上酒類を摂取していない者	① ☐ 毎日	② ☐ 週5～6日	③ ☐ 週3～4日
		④ ☐ 週1～2日	⑤ ☐ 月に1～3日	⑥ ☐ 月に1日未満
		⑦ ☐ やめた	⑧ ☐ 飲まない(飲めない)	
19	飲酒日の1日当たりの飲酒量 日本酒1合(アルコール度数15度・180ml)の目安:ビール(同5度・500ml)、焼酎(同25度・約110ml)、ワイン(同14度・180ml)、ウイスキー(同43度・60ml)、缶チューハイ(同5度・約500ml、同7度・約350ml)	① ☐ 1合未満	② ☐ 1～2合未満	③ ☐ 2～3合未満
		④ ☐ 3～5合未満	⑤ ☐ 5合以上	
20	睡眠で休養が十分とれている。	① ☐ はい	② ☐ いいえ	
21	運動や食生活等の生活習慣を改善してみようと思いませんか。	① ☐ 意思なし	② ☐ 意思あり(6ヶ月以内)	③ ☐ 意思あり(近いうち)
		④ ☐ 取組み済み(6ヶ月未満)	⑤ ☐ 取組み済み(6ヶ月以上)	
22	生活習慣の改善について、これまでに特定保健指導を受けたことがありますか。	① ☐ はい	② ☐ いいえ	
23	現在、次のような症状はありますか	☐ 長く続く頭痛	☐ 動悸・息切れ	☐ めまい
		☐ よくのどが渇く		