

お得すぎるぞ! 住民健(検)診!

長岡市では健(検)診を受ける皆さんの受診費用を補助しています。こんなにお得な住民健(検)診! 受けないなんてもったいない!!

特定健診 (個別健診で心電図及び眼底の検査を同時に実施する場合)

実際にかかる費用

- 基本的な健診項目 8,560円
- 貧血検査 231円
- クレアチニン、総コレステロール検査 66円
- 心電図検査* 1,430円
- 眼底検査* 638円

*当日の血圧等から医師が必要と判断した方のみ実施します。

合計10,925円

受診される方の負担額

500円!!
さらに!!65歳以上は無料!!

※40歳未満の方及び保険証が長岡市国保以外の方は料金が異なります

各がん検診

実際にかかる費用 (一部の例)

- 胃がん検診 5,390円 → **1,000円!!**
- 大腸がん検診 4,360円 → **1,200円!!**
- 子宮頸がん検診 8,118円 → **1,700円!!** (クーポン券対象者は無料!)
- 乳がん検診 (40歳代) 6,270円 → **1,300円!!** (クーポン券対象者は無料!)
- 乳がん検診 (50歳以上) 4,081円 → **800円!!**
- 結核・肺がん検診 1,856円 → **500円!!**

さらに!!

結核・肺がん検診は65歳以上、その他のがん検診は70歳以上の方は上記負担額が無料!!
詳細は5・6ページへ!!



特定健診を受けた後は...

「受けっぱなし」はもったいない!
健診結果を知ってからの健康づくりが大切です!

健診結果の判定値

異常なし

健康状態を維持し、
来年度も健診を
受けましょう!

保健指導値

病気の芽が
出始めています。
生活習慣を見直すための
保健指導をお勧めします!

受診勧奨値

病気の危険が
迫っています。
結果通知書を持って、
医療機関を受診しましょう!

危険!!

○長岡市の保健師・管理栄養士が、あなたの健康づくりを応援します!
相談会をはじめ、電話や窓口、訪問でもご相談いただけます。健診結果で心配な項目がある方は、放置せず、お気軽にご相談ください。
個別相談や健康相談会等につきましては、裏表紙問い合わせ先へご連絡ください。

★健診結果などから生活習慣病が心配される方に、市の保健師等が、電話や訪問をさせていただくことがあります。



ぽっこりお腹「内臓脂肪」が つまっているかも!?

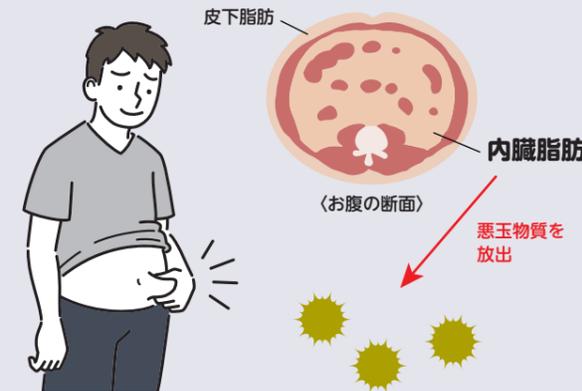


★メタボリックシンドローム (通称メタボ) ってなに?

メタボとは、おなかの中につまっている「内臓脂肪」に加えて「高血圧」「高血糖」「脂質異常」が重なった状態のことをいいます。

内臓脂肪から出る悪玉物質が血管を傷つけることで、「動脈硬化」が進行し、心臓病や脳卒中など命にかかわる病気を引き起こします。

特定健診の結果、メタボに該当し、血圧・脂質・血糖の内服をしていない方は**特定保健指導**の対象になります。



★特定保健指導に該当したら...

利用券が届きますので、特定保健指導をご利用ください。

～長岡市国民健康保険ご加入の方～
特定保健指導は下記の方法から選べます!

医療機関等

相談会

オンライン

訪問



相談会や訪問では、市の保健師・管理栄養士がサポートします!



株式会社 JMDC (委託先) の管理栄養士が面談します。
忙しい方にオススメ!
休日・夜間での利用も可能です!

(株)JMDCの管理栄養士が電話をさせていただくことがあります。(対象の方にはご案内が届きますのでご確認ください。)