

令和7年度 特定健診(個別)のお知らせ

令和7年度の特定健診(個別)を下記のとおり実施します。

1 対象者 国民健康保険ご加入の40～74歳の方

※健診当日、千曲市国民健康保険に加入していることが必要です。

就労等により加入している保険が変わる可能性がある場合はご注意ください。

※昭和25年生まれの方は75歳になると特定健診は受けられません。

75歳の誕生日前日までにお受けください。

なお、75歳になられた方は、生活習慣病の治療をされていない方のみ、

「後期高齢者健診」が受けられますので、お問い合わせください。

※75歳で、生活習慣病の治療中の方は、引き続きかかりつけ医へご相談ください。

2 実施期間 令和7年6月2日(月)～令和8年2月28日(土)

※一部の医療機関は実施期間が異なりますので、ご注意ください。

※健診実施期間内の体調がよい時に受けていただきますようお願いいたします。

※10月以降はインフルエンザ等の感染症の流行や予防接種等により、医療機関が混み合う為、予約できない場合があります。

なるべく9月末までに受診してください

3 健診場所 別紙【医療機関一覧表】をご覧ください。事前予約の有無についてご確認ください。

なお、厚生連南長野医療センター篠ノ井総合病院及び厚生連長野松代総合病院にかかりつけの方は、こちらでも特定健診を受けることができます。(実施期間は令和8年3月31日までです。)希望される方は、**別途受診券が必要**になりますので事前に千曲市保健センター保健事業推進係(電話 026-273-1111)までご連絡ください。

4 健診内容 問診・身体計測(身長・体重・腹囲)・血圧測定・尿検査・診察・血液検査 心電図検査

5 受診方法 同封の【特定健康診査問診記入票】にご記入のうえ、【受診券(バーコードシール付)】 と共に、医療機関窓口へ提出してください。

- ## 6 持ち物
- ① 健診費用 1,000円(今年度40歳または50歳になる方は無料)
 - ② 受診券(バーコードシール付)(同封書類)
 - ③ 特定健康診査問診記入票(同封書類)
 - ④ 千曲市国民健康保険被保険者証または国民健康保険資格確認書またはマイナ保険証*

裏面もご覧ください

* 健診時、国民健康保険に加入していることが条件です。

※健診を受ける際にはマスクを着用するほか、手洗いや咳エチケットの徹底をお願いいたします。

この案内は、2月の申込ハガキにおいて、特定健診(集団)・人間ドックに希望のなかった方全員にお送りしています。

市内・坂城町の医療機関受診中の方は、同封の【医療機関受診結果受領票】(クリーム色)をご覧ください。詳しくは封筒裏面をご覧ください。

- 7 結果通知
- ・特定健診(個別)受診後、おおむね1ヵ月半～2ヵ月後に千曲市からはがきで結果相談会の日程をお知らせいたします。
 - ・市の保健師、栄養士が健診結果を個別にお渡ししながら健康状態を一緒に考えます。
 - ・特定保健指導対象者等予防が必要な方には、市の保健師、栄養士が訪問するなど支援いたします。
- 8 その他
- ・千曲市では、市役所や千曲市総合観光会館(上山田)などで特定健診を受けられる集団健診を以下の日程で実施しています。
 - ・集団健診の受診を希望する場合は、問診票が変わりますので保健センターまでご連絡ください。
- 【集団健診の日程】
- 令和7年9月4日(木)
- 令和7年12月1日(月)、12月2日(火)、12月3日(水)
- 令和8年2月2日(月)、2月6日(金)

★市内・坂城町の医療機関へ通院中の方へ

特定健診・人間ドックを受診しない方で、市内・坂城町の医療機関受診中の方は、同封の【医療機関受診結果受領票】(クリーム色)をご覧のうえ、受診結果の提供にご協力ください。ご協力いただくことで特定健診を受診したこととみなすことができます。

【医療機関受診結果受領票】(クリーム色)は令和8年3月31日まで利用が可能です。

お問い合わせ

千曲市 健康福祉部 健康推進課

保健センター保健事業推進係

電話 026-273-1111

内線 2112・2113