

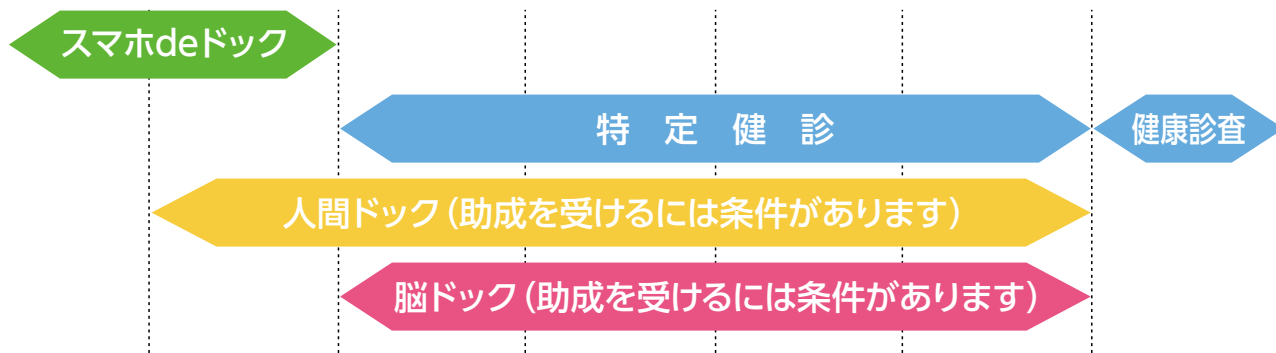
今年の健診はもう受けましたか？

高血圧、糖尿病、脂質異常症といった生活習慣病は、初期には自覚症状がないことが多いため、いつの間にか病気が進行してしまう危険があります。そのため、定期的に健診を受けて自分自身の健康状態を常に正しく把握することが、生活習慣病の予防や早期発見・治療に繋がります。

ご自身、そして家族のためにも年に1回特定健診を受けましょう。

〔現在実施中の健診等〕 年齢等に合わせて受けられる健診を確認しましょう。

20 歳 30 歳 40 歳 50 歳 60 歳 70 歳 75 歳



詳細は広報ぬまづ 6/1 号と同時配布の『沼津市特定健診・がん検診のご案内』または市ホームページでご確認ください。また、人間ドック・脳ドックは下記の二次元コードからも申請可能です。

健診等の種類	対 象	料金等	実施期間等	内 容
スマホ de ドック	20 ～ 39 歳	800 円	10月～3月 申込みは12月末まで	血液検査 (脂質・血糖・肝機能等)
特定健診	40 歳以上	800 円	6/9～10/31	問診・身体計測・血圧測定・ 尿検査・血液検査・心電図・ 眼底検査等
健康診査	後期高齢者医療制度 加入者等	無料		
人間ドック 	今年度40・45・50・ 55・60・65歳になる人 (※1)	最大25,000円 の助成	8/1 ～ 3/31	身体計測・血圧測定・ 心電図・眼底検査・ 胸部X線・上部消化管X線・ 腹部超音波・血液検査・ 尿検査等
	30～74 歳で昨年度 一年間病院にかかって いない人(※1)	最大30,000円 の助成		
脳ドック 	40歳以上(※1)	40,000 円の 助成	7/1～3/31 申込みは2月末まで	身体計測・血圧測定・心電図・ 眼底検査・血液検査・尿検査・ MRI・MRA等

※1 助成を受けるには他にも条件があります。

健診は受けた後が大切

健診の結果、異常があった場合は再検査・精密検査を早めに受けましょう。
また、異常がなかった場合も結果をよく確認し、数値が年々悪化している場合など、
生活習慣を改善して自分の体をより健康な状態にコントロールしましょう。