

見本

自己負担額	
被保険者証番号	
受診券整理番号	
受診者氏名(カナ)	
生年月日	
年度到達年齢	(令和3年3月31日現在) 性別
交付年月日	
有効期限	(医療機関の休診日を除く)
電話番号 (日中連絡のとれる番号)	

健診内容	対象者
1 特定健康診査(基本的な項目)	全員が実施

今年度『鎌ケ谷市の国民健康保険特定健康診査受診券』は、ピンク色の受診券です。

5月末時点で鎌ケ谷市の国民健康保険に加入している方に、6月下旬頃に送付予定です。

※緊急事態宣言に伴い、受診券の発送時期が変更になっております。受診券が届いてからの申請をお願いいたします。

特定健康診査受診上の注意事項 ※ご不明点はお問い合わせください。

- この券の自己負担金額に変更があった場合は、受診前に鎌ケ谷市に申し出て訂正を受けてください。受診後の変更や返金はできません。
- 鎌ケ谷市国民健康保険特定健康診査の代わりに人間ドック等助成を希望される方は、人間ドック等受検後、市への申請に本受診券が必要になりますので保管願います。
- 住所、氏名の変更があった場合は訂正線を入れ、余白に自署してください。
- 鎌ケ谷市国民健康保険の資格を喪失した場合、鎌ケ谷市国民健康保険被保険者証とこの受診券はご利用いただけません。ご加入の健康保険組合にお問い合わせください。
- 妊産婦、長期入院者、高齢者・障がい者施設入所者等一部の方は受診できない場合があります。保険年金課までご連絡ください。
- 健康診査結果のデータファイルは、決済代行機関において点検があるほか、国への実績結果報告として匿名化され、部分的に提出されますので、ご承知の上、受診願います。
- 特定保健指導等保健事業の実施のため、健康診査結果や医療情報(診療報酬明細書)を活用させていただきますのでご了承ください。

保 険 者	所在地	鎌ケ谷市新鎌ケ谷2-6-1	公 印 省 略
	電話番号	047-445-1418(直通) 047-445-1141(代表)	
	番 号	120246	
	名 称	鎌ケ谷市	

※必ず事前にご記入のうえ、医療機関に提出してください。

①自覚症状(該当するものすべてに○をつけてください)

1. 胸部圧迫感	2. 動悸・息切れ	3. 頭痛	4.
5. 咳・痰	6. 肩こり	7. 手足のしびれ	8. 口渇
9. めまい・立ちくらみ	10. 便秘異常	11. その他の症状()	

②問診項目

No.	質問事項	選 択 肢 (○をつけてください)
1~3	現在、aからcの薬を服用していますか。	
1	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りますか。	1. はい 2. いいえ
8	現在、たばこを習慣的に吸っている。 (※「現在、習慣的に喫煙している者」とは、「合計100本以上、又は6か月以上吸っている者」であり、最近1か月間も吸っている者)	1. はい 2. いいえ
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. 何でもかんで食べることができる 2. 歯や歯ぐき、かみあわせなど気になる部分があり、かみにくいことがある 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. ふつう 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	1. 毎日 2. 時々 3. ほとんど飲まない(飲めない)
19	飲酒日の1日あたりの飲酒量 日本酒1合(180ml)の目安:ビール500ml、焼酎25度(110ml) ウイスキーダブル1杯(60ml)、ワイン2杯(240ml)	1. 1合未満 2. 1~2合未満 3. 2~3合未満 4. 3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すか。	1. 改善するつもりはない 2. 改善するつもりである(概ね6か月以内) 3. 近いうちに(概ね1か月以内)改善するつもりであり、少しずつ始めている 4. 既に改善に取り組んでいる(6か月未満) 5. 既に改善に取り組んでいる(6か月以上)
22	生活習慣の改善について保健指導を受ける機会があれば利用しますか。	1. はい 2. いいえ