

Clip!

年に1回「特定健診」を受診しましょう!!

問合先 市民生活課 年金・医療担当
健康推進課 保健・予防担当

特定健診は、平成20年度からスタートしたメタボリックシンドローム及び予備群の発見に着目した健康診査です。

内臓脂肪の蓄積を調べるための「腹囲の計測」や「BMI測定」のほか「血圧測定」「血糖検査」「脂質検査」「肝機能検査」を行います。また「問診」を行い、生活習慣に関する質問をします。

特定健診を必ず受けて、あなたの健康を守りましょう。健康は、快適な毎日、家族の安心、医療費の安定につながります。

対象者

40歳以上74歳以下の国民健康保険や被用者保険（健康保険組合や共済組合などの医療保険）の被保険者と被扶養者の全員が対象です。

※これまで、市が主体で行っていた健診を受診していた方についても、国民健康保険や健康保険組合などの医療保険者が実施の主体となりました。

内容

■基本的健診（必須項目）

- ・身体測定や血圧測定
- ・中性脂肪など脂質を調べる検査
- ・血糖など代謝系を調べる検査
- ・肝機能を調べる検査
- ・尿・腎機能を調べる検査

■詳細な健診（医師が必要と判断した方）

- ・赤血球数など貧血を調べる検査
- ・心電図検査や眼底検査

受診方法

実施主体である国保や健保組合などの医療保険者から、受診機関・受診日などについてのお知らせなどが送られてきます。費用は各医療保険者で異なりますのでご確認ください。都留市国民健康保険の被保険者は広報する4月号をご覧ください。

保健指導

特定健診の結果、受診者は「情報提供」「動機付け支援」「積極的支援」の3区分に分類されます。このうち「動機付け支援」「積極的支援」に区分された方を対象に実施します。



Clip!

住民基本台帳カードの交付手数料無料期間が終了します

問合先：市民生活課
市民生活担当

住民基本台帳カードの交付手数料無料期間が3月31日で終了します。写真付きの住基カードは、公的身分証明書として利用できますので、無料期間中に取得してはいかがでしょうか。

【申請方法】

申請できる人

・本人

申請に必要なもの
・官公署が発行した写真付き本人確認書類（免許証・パスポートなど）

・顔写真1枚（申請前6カ月以内に撮影した、正面向き、無帽・無背景で大きさ4.5cm×3.5cm）

※顔写真は、市民生活担当でも無料撮影できます。

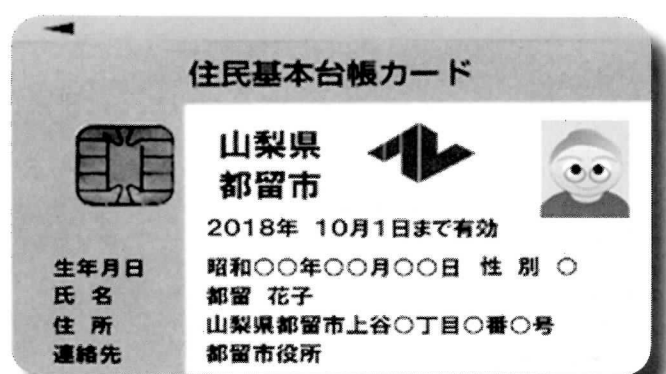
※写真付き本人確認書類をお持ちでない方は、郵送にて照会書を発送し本人確認を行いますので、カード交付に数日かかります。

※他市町村において住基カードの不正取得が発生しているため、顔写真付き本人確認書類があっても、本人確認強化のため他の本人確認書類（保険証など）を提示していただく場合があります。

申請窓口

・市民生活課 市民生活担当
受付時間 9時～17時

※申請及び交付に混雑が予想されるため、時間に余裕を持ってお越しください。



■写真付き住民基本台帳カード（見本）
（住所、氏名、生年月日、性別が記載されています）

有効期限は10年間
（他市町村に転出した場合は失効します。）

※4月1日からは有料（500円）となります。