

# ～長寿健康診査のおしらせ～

長寿健康診査は、健康の保持増進のために行う健診です。

年に1度は健診を受けて、自分の体の調子を確認しましょう！

検査内容	○問診、血液検査、血圧、検尿、身体計測 上記の検査で高血圧、糖尿病、脂質異常、肝臓、腎臓の働きを調べます。
実施期間	令和5年6月1日～令和6年1月31日
費用	無料（約10,000円の検査が0円で受けられます!）
必要なもの	・後期高齢者医療被保険者証 ・長寿健康診査受診券(本用紙) ※受診券を紛失しないようご注意ください。
受診方法	医療機関へご予約ください。 (別紙:A3用紙 個別健(検)診の受け方 参照)

## ～健診前の注意点～

- 血液検査を行います。受診前10時間以上は、水以外の食べ物・飲み物をお控えください。
- 血圧や心臓のお薬がある方は、受診する医療機関にご相談ください。
- 健診の前日は、飲酒や激しい運動はしないでください。
- 健診の当日は、検査終了までタバコを吸わないでください。
- 健診当日に、発熱がある場合や咳・痰などの体調不良の方は受診をお控えください。

★長寿健康診査、各種がん検診は年1回です。

★2度受診した場合は、自己負担が発生しますのでご注意ください。

お問い合わせ

小林市役所健康推進課（小林市保健センター） TEL：0984-23-0323