

<送付物サンプル>

**料金別納郵便**

特定健康診査(メタボ健診)の受診券とご案内が入っています。受診券に記載のある対象者の方(ご家族)に必ずお渡しいただきますよう、お願いします。

**親展 重要**

～ 年に1回のチャンス! ～

**無料 特定健康診査受診券在中**

あなたの健康を守るための大切なお知らせが入っています。ご開封のうえ、確認をお願いします。

**大阪府市町村職員共済組合**

〒540-0029  
大阪府中央区本町橋2番31号 シティプラザ大阪5階

問合せ先 福祉課 健康推進係 [Tel]06-6941-0366

必ず開封して内容をお確かめください。

当共済組合のホームページで  
全国の特定健康診査実施医療機関が  
検索できます。

※予約制の医療機関もありますので、事前に電話などでご確認ください。

http://www.osaka-kyosai.jp/hoken/index.html



年に1度は  
健康チェックを!



資料 1

**受診者の方へ**

同封の受診案内をご覧になり、下の受診券をミシン目から切り取りご使用ください。

記載事項に限りがある場合は、共済組合までご連絡ください。  
また、カナ氏名につきましては必須項目となっておりますので、記載されていない場合は、お手数ですがフリガナの補記をお願いします。

所属所 888  
〇〇〇市

共 済 太 郎 様

記号番号 888-9999  
所 属 123456789

**見本**

ミシン目から手紙に切り取ってご使用ください。

**特定健康診査受診券**

2021年x月 x日交付

受診券管理番号 xxxxxxxx 888-9999

(フリガナ)  
受診者の氏名 キョウサイ ハナコ  
性 別 共 済 花 子  
生年月日 女  
有効期限 昭和55年7月25日  
健診内容 2022年3月31日

窓口での自己負担

特定健診(基本部分)	自己負担なし	—
特定健診(詳細部分)	自己負担なし	—

保険者所在地 大阪府中央区本町橋2番31号  
シティプラザ大阪5階

保険者電話番号 06-6941-0366

保険者番号・名称 32270415  
大阪府市町村職員共済組合

契約とりまとの機関名 集合B・ド/日・全・予・結

支払代行機関番号 94899010  
支払代行機関名称 社会保険診療報酬支払基金

大阪府市町村職員共済組合

〒540-0029  
大阪府中央区本町橋2番31号シティプラザ大阪5階

Tel.06-6941-0366

40歳～75歳未満の人が対象です

今年も  
特定健診の  
時期が  
やってきました  
年に1回、忘れず受診!

特定健診を受診するとしなくて大違い!

特定健診を受診すると

体の異常や生活の問題点がわかり  
体も心もスッキリ! ✨

**病気を早期発見できる**  
重症化するまで自覚症状が出ない病気でも、特定健診なら早期発見・早期治療ができます。



**健康に暮らせる**  
生活習慣の改善意識が高まり、将来的に寝たきりになるリスクが軽減されます。



**健康だと医療費が安くなる**  
医療費は家計を圧迫します。病気の発見が早ければ早いほど、医療費が安くなります。



未受診のまま放置していると

気づかないうちに深刻な病気にかかってしまうおそれ!

病気によっては命にかかわる  
寝たきりになったり、重い障害が残ったり、一生治療を続けなければならないこともあります。



思うように働けない  
通院など病気の治療に時間がかかり、自分が望んだとおりに働けなくなるおそれがあります。



医療費がかかる  
ひとたび重い病気になってしまうと、医療費が家計を圧迫することが少なくありません。



メタボはさまざまな病気のリスクを高めます

内臓脂肪のたまりすぎに加えて、高血糖や脂質異常、高血圧などが合併した状態のことです。放置しておくとう動脈硬化が急速に進行し、心臓病や脳卒中などの命にかかわる病気を発症する危険性が高まります。



メタボの判定基準

<b>腹囲</b> 男性 ▶ 85cm以上 女性 ▶ 90cm以上	<b>血圧</b> 収縮期130mmHg以上 かつ/または 拡張期85mmHg以上
<b>血糖</b> 空腹時血糖110mg/dL以上 または HbA1c6.0%以上	<b>脂質</b> 中性脂肪150mg/dL以上 かつ/または HDLコレステロール40mg/dL未満
<b>内臓脂肪面積</b> 100cm <sup>2</sup> に相当 (内臓脂肪の過剰な蓄積)	<b>この3項目のうち</b> 2項目以上 ▶ メタボ基準 該当 1項目該当 ▶ メタボ予備群 該当



特定健康診査(特定健診)とは

心臓病や脳卒中など、生活習慣病の前兆となるメタボリックシンドローム(メタボ)に着目した健診です。あなたの健康習慣として、年に1回、必ず受診しましょう。

大阪府市町村職員共済組合

