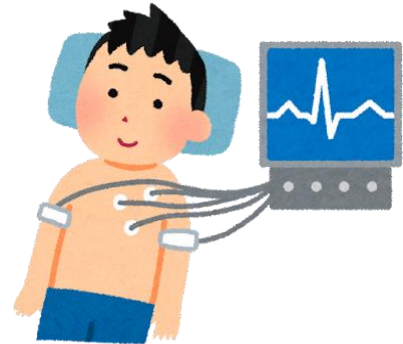


**『いつまでも生き生きと』シルバーで就業を続けるために**  
**は自らの身体の状態を知り、管理する**  
**ことが重要です。日野市が毎年無償で**  
**実施している健康診断（特定健康診**  
**査）を受け、自己の健康状態を知ろ**  
**う！**



自らの健康状態を確認する上でも、毎年 特定健康診査（特定健診）を継続して受診しましょう。

それにより、自らの健康状態における経年変化も判り、病気を早期に予防していくことができます。

## 1. 国民健康保険に加入の方（74歳までの方）

日野市が **特定健康診査（受診者負担なし）** を実施します。

### 【受診方法】

- ① 市から発送される受診券等の健診書類（**誕生月の前までに発送されます**）を持参し、指定の医療機関（かかりつけ医がベスト）で健康診査を受けてください。
- ② 健診書類が届いたらすぐに開封をして、**受診期限等**の内容を必ず確認ください。
- ③ **毎年受診時期を決めて、定期的に受診**しましょう。
- ④ **国民健康保険証、健診受診医療機関の診察券（ある方のみ）**を持参ください。
- ⑤ 有料（自己負担額 200 円）で、**大腸がん検診（便潜血検査）**も受診できます。

## 2. 後期高齢者医療制度の認定を受けている方（75歳からの方）

日野市が **いきいき（後期高齢者）健診（受診者負担なし）** を実施します。

### 【受診方法】

下記事項以外は 74 歳までの方が受診する「特定健康診査」と同様です。

- ① **後期高齢者医療制度の認定を受けている方が対象**です。  
なお、職場などで健診を受ける機会のある方は受診できません。
- ② **後期高齢者医療被保険者証、健診受診医療機関の診察券（ある方のみ）**を持参ください