

からだのSOSに気づいていますか？ ～健康づくりはあなたが主役～

生活習慣病の予防に 特定健診を受診しましょう



血圧測定



診察



腹囲測定



尿検査



問診



血液検査

対 象：世田谷区国民健康保険にご加入の40歳以上の方

受診方法：対象の方には順次ご案内と受診券をお送りしております。詳しくはご案内をご覧ください。

費 用：500円（前年度住民税非課税世帯の方は無料）

お問い合わせ 世田谷区 保健福祉政策部 国保・年金課 特定健診係 電話 03-5432-2936 FAX 03-5432-3020

マイナポータルで、特定健診情報の閲覧ができるようになります。

マイナンバーカードの健康保険証利用申し込みをされた方は、令和2年度以降の健診結果をマイナポータルで閲覧できるようになります（令和3年10月運用開始）。詳しくは、マイナンバーカードの健康保険証利用のページ（<https://myrna.go.jp>）をご覧ください。

セルフメディケーション税制についてはこちら（<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000124853.html>）をご覧ください。

「セルフメディケーション」とは日ごろから自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすることです。風邪気味、頭痛、胃腸の調子が悪いなど日頃よく経験する軽度の症状は、市販薬（OTC医薬品）を使い、自分で手当てするなど、セルフメディケーションを心がけることで、医療費も節約でき、毎日を健康的に過ごすことができます。抜粋：「健康診断から始めようセルフメディケーション」日本一般用医薬品連合会チラシ

