


中津川市国民健康保険加入の皆さん

特定健診・30代健診がはじまります

問 市民保険課 (☎内線115)

健診の種類	特定健康診査	30代健康診査
対象者	40～74歳までの国民健康保険加入者	30～39歳までの国民健康保険加入者
受診機関	・個別健診（市内指定医療機関） ・各地区の集団健診（予約制）のいずれか	・各地区の集団健診（予約制）
健診の受け方	個別健診は医療機関によって予約が必要な場合があります。集団健診はWEBまたは電話による予約が必要です。詳しくは市ホームページをご覧ください。 	
受診券発送	5月下旬ごろ	
実施期間	6月1日(木)～ 令和6年2月29日(木)	
健診内容	問診、診察、身体測定、血圧測定、血液検査、尿検査など	
自己負担金	500円	

■CKD（慢性腎臓病）とは？

慢性的に腎臓の機能が低下している状態のことをCKD（慢性腎臓病）と言います。重症化すると透析治療が必要になることもあり、原因となる高血圧や高血糖は自覚症状なく病状が進行するため、年に1度は健診を受けて病気の予防と早期発見・早期治療に努めましょう。

後期高齢者医療保険加入の皆さん

ぎふ・さわやか口腔健診

問 市民保険課 (☎内線115)

お口の健康づくりのための健診「ぎふ・さわやか口腔健診」を実施します。

令和5年度から中津川市だけでなく、恵那市の歯科医療機関でもさわやか口腔健診が受けられるようになりました（歯科医師会に加入している歯科医療機関に限ります）。

対象者	後期高齢者医療保険に加入している方
受診券発送	5月下旬ごろ
実施期間	6月1日(木)～ 令和6年1月31日(水)
受診機関	中津川市内指定歯科医療機関、恵那市内指定医療機関 ※歯科医師会に加入している歯科医療機関に限ります。詳しくは受診券に同封されている案内をご覧ください。 ※歯科医師会に加入している歯科医療機関は歯科医師会ホームページでもご確認いただけます。
自己負担金	300円
健診内容	問診、歯・咬合の状態、咀嚼機能、舌・口唇機能、嚥下機能、口腔乾燥、粘膜異常、口腔衛生状態、歯周組織の状況

■介護予防のためにも口腔健診を受けましょう！

「フレイル」という言葉を知っていますか？「フレイル」とは介護が必要になる一歩手前の段階のことです。お口の機能が低下することは「フレイル」につながります（右図）。

さわやか口腔健診では、歯の状態だけでなく、噛む、飲み込むといったお口の機能全般の検査をします。さわやか口腔健診を受けて、いつまでも健康に過ごしましょう。

