

# 特定健診・特定保健指導 利用の流れ

## 1 受診券と質問票が届く

受診券の内容をよく確認し、受診日まで大切に保管してください。

### 質問票



同封の質問票の記入も忘れずに行いましょう。

有効期限を確認してください。

- ：全員実施
- △：医師の判断により実施

★紛失や破損等により再交付を希望する場合は、草津市保険年金課に届け出てください。

### 受診券



## 2 健診の申し込み

詳細は中面をご覧ください。

## 3 健診の受診

検査項目はメタボリックシンドローム対策を重視したものになります。「腹囲（おへそのまわりの測定）」は、メタボリックシンドロームを発見する重要な検査のひとつです。

### ☑ 当日の持ち物

- マイナ保険証または資格確認書等
- 受診券
- 質問票



### 特定健診の基本的な検査項目

- 問診（服薬歴、喫煙歴など）
- 身体計測（身長、体重、BMI、腹囲）
- 血圧測定
- 診察
- 血液検査
  - 脂質検査（空腹時中性脂肪、随時中性脂肪、HDL コレステロール、LDL コレステロール）
  - 血糖検査（※①空腹時血糖、※②ヘモグロビンA1c ※①空腹時のみ実施 ※②全員に実施）
  - 肝機能検査（AST(GOT)、ALT(GPT)、γ-GT(γ-GTP)）
  - クレアチニン、尿酸、eGFR
- 尿検査（尿糖、尿たんぱく、尿潜血）
- その他、健診等の結果に基づき、医師の判断によって追加される項目（心電図検査、眼底検査、貧血検査）もあります。

健診費用は無料

### 受診する際の注意事項

朝食を控えるなど、健診前 10 時間以上は、水以外の飲食物をとらないことが望ましいとされています。健診の前日は、アルコールの摂取や激しい運動は控えてください。

赤字項目は、糖尿病や腎機能低下を発見するために追加している項目です。

## 4 健診結果の説明を受ける

受診から約 1 か月～2 か月後に、受診した機関から健診結果とメタボリックシンドロームの判定があります。  
※マイナポータルで健診結果を閲覧することができます。(受診の3～4か月後)



健診結果に保健指導の案内もついてきた。せっかくなので受けようかな。

## 5 特定保健指導を受ける

対象となった方には、草津市から特定保健指導の案内があります。

### 動機付け支援

メタボなどによる生活習慣病のリスクが出現し始めている方が対象

### 積極的支援

メタボなどによる生活習慣病のリスクが重なっている方が対象

### 3 か月間

保健師・管理栄養士から面談・電話での支援を受けることができます。

生活習慣を見直し、メタボリックシンドロームを撃退しましょう!!

無料

草津市国民健康保険加入の40～74歳の方へ

令和7年度

# 特定健診のご案内

特定健診であなたの今をチェックしよう!

こんな方も対象です

通院中の方や毎年受けていない方も対象です



受診方法は3つ (詳細は中面をご覧ください)

## ① 個別健診

滋賀県内の医療機関で健診を受けることができます。

- 近くの病院で受診できます
- 病院によっては、がん検診も一緒に受けられます

約 9,000 円の健診が無料

## ② 集団けん診

草津市内の会場で健診を受けることができます。

- 骨健康度測定なども無料で受けられます
- 会場によっては、がん検診も一緒に受けられます

## ③ 人間ドック

特定健診に代えて、医療機関で受けることができます。

- 体のすべてをチェックできます

費用の半額を助成 (上限あり)

受診期間 令和 8 年 2 月 28 日 (土) まで

※受診日時時点で、草津市国民健康保険の資格がなくなった場合は、受診できません。  
※日を遡って草津市国民健康保険を脱退された場合は、受診費用が自己負担となります。



# 特定健診の受診方法は3通り あなたに合ったものを選びましょう

## ① 個別健診

自己負担  
**0円**

医療機関で受診可能な日を選んで受診  
できます。



### STEP1

## 医療機関を選ぶ

受診期限 **令和8年2月28日(土)**

■ 受診できる医療機関(草津市内) ※県内実施機関でも受診できます。  
※冬季は医療機関が混雑するため、秋までの受診にご協力ください。

医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号
しづ井上内科	567-8502	内田内科循環器内科	516-0200	みつだ内科クリニック	516-4386
なかじま医院	566-8118	富田クリニック	566-0303	南草津病院	562-0724
あさの内科クリニック	565-2133	まごころファミリー クリニック	598-5360	玉川スマイル クリニック	564-5555
そうむらファミリー クリニック	548-6655	おぐまファミリー クリニック	561-3288	北山田診療所	566-2560
若草診療所	564-2091	竹岡診療所	567-5211	せきがわ内科 クリニック	561-5588
いずみ医院	565-2347	おうみクリニック	569-5525	宮本クリニック	564-0878
久徳医院	567-5577	あさい内科	566-1739	眞下草津医院	565-0880
井上医院	562-0001	はやし脳神経外科 クリニック	599-1162	せき川クリニック	564-3111
草津かわはら クリニック	598-0591	南草津健診センター	599-1530	尾松医院	567-7793
のぞみクリニック	562-1170	南草津あおぞら クリニック	567-8101	岡診療所	562-8011
近江草津徳洲会病院	516-2769	南草津ひだまり ハートクリニック	599-1430	なかの医院	566-5123
松本胃腸科クリニック	566-7525	岡本医院	565-3757	やまもとクリニック	516-2225
中野クリニック	567-9137	加藤内科医院	567-6234	橋本内科医院	564-1566
九谷医院	562-2270	南草津野村病院	561-3788	おかもと内科・ 糖尿病クリニック	514-8351
神吉医院	514-9012			草津ハートセンター	568-5333
伊藤内科クリニック	563-3550			にし内科クリニック	568-8150
佐竹クリニック	569-3678			あなむら診療所	568-0006

※令和7年3月末時点

## STEP2 医療機関に電話で申し込む

予約不要の医療機関もあります。  
詳細は同封の「各種けん診の  
ご案内」の中面「実施医療機関  
一覧」をご覧ください。



## ② 集団けん診

自己負担  
**0円**

草津市の会場で行ける日  
を選んで受けることができます。



### STEP1

申込開始日時 **6月2日(月)8時30分～**

## 日程・会場を選ぶ

詳細は別添「各種けん診のご案内」の裏面  
「集団けん診」をご覧ください。

日程	会場	申込締切
8/26(火)	草津市立市民総合交流センター(キラリエ草津)	7/25(金)
9/6(土)	常盤まちづくりセンター	8/4(月)
9/16(火)	草津市立長寿の郷ロクハ荘	8/8(金)
10/7(火)	草津市立市民交流プラザ(フェリエ南草津)	9/1(月)
10/11(土)	滋賀県立長寿社会福祉センター	9/5(金)
10/20(月)	イオンモール草津	9/19(金)
11/1(土)	滋賀県立長寿社会福祉センター	9/26(金)
11/15(土)	さわやか保健センター	10/10(金)
11/21(金)	YMIT アリーナ	10/20(月)
12/9(火)	イオンモール草津	11/7(金)
1/24(土)	YMIT アリーナ	12/15(月)
2/5(木)	YMIT アリーナ	12/19(金)

**イオンモール草津でも実施します！  
お買い物ついでにぜひ受診してください。**

※警報発令等による危険が予測される場合は、中止の判断を行うことがあります。  
※託児をご希望の方は、申し込み時にお伝えください。(受付は申込締切日まで)

## STEP2 草津市役所に電話で申し込む

特定健診のみを受ける場合

草津市保険年金課 ☎ 077-561-2366

特定健診とがん検診の両方、または、  
がん検診のみを受ける場合

草津市健康増進課 ☎ 077-561-2323



**WEBで申し込む**

<https://www.city.kusatsu.shiga.jp/fukushikenko/hokenkenko/kenshin/shudankenshin.html>

## ③ 人間ドック

特定健診に代えて、医療機関  
で受けることができます。  
受診前に申請することによって  
助成を受けることができます。



※受診前に必ず市への助成申請が必要ですので、ご注意ください。

### STEP1

事前申請期限 **令和7年11月28日(金)**

## 草津市役所で事前申請をする

① マイナ保険証または資格確認書等 ② 受診券  
①・②を持って、保険年金課で申請してください。

### 人間ドック検診費用助成制度

- 助成対象者
- 草津市国民健康保険加入者の方
  - 受診日の属する年度末年齢が40歳以上の方
  - 受診日当日に75歳未満の方
  - 国民健康保険税を滞納していない方

- 助成額
- ① 人間ドック検診  
費用の半額(上限20,000円)
  - ② 組み合わせドック(人間ドック+脳ドック)検診  
費用の半額(上限30,000円)



## STEP2 医療機関に電話で申し込む

ご希望の医療機関に、直接電話でお申し込みください。

### 【市の特定健診を受ける予定のない方へ】

検査データを提供または申請していただくことにより特定健診を受けた  
とみなします。

特定健診実施医療機関に定期的に受診されている方

「特定健診受診券」を実施医療機関にご提示いただき、ご相談ください。

勤務している会社で健康診断を受けた方

- ① 受診券
  - ② 健診結果(令和7年4月1日(火)～令和8年2月28日(土)までに受診  
したもの)
  - ③ 質問票
- ①～③を市役所1階 保険年金課に持ってきてください。  
(来庁が難しい場合は、電話でお問い合わせください)