

健康診査・がん検診を受診する流れ

STEP

1

受診券を確認する。

各「受診券」と、同封の「健康診査・がん検診のご案内」をご確認の上、足りない受診券があれば**追加請求**をしてください。

追加請求及び問合せ先は右下図参照



STEP

2

医療機関を選ぶ。

「健康診査・がん検診のご案内」または、下記二次元コードから医療機関を選び、直接予約をする。



実施医療機関一覧

STEP

3

受診する。

当日は、**受診券**と健康保険証等を必ず持参してください。受診券は**台紙からはがさず、そのまま**医療機関に出してください。



がん検診自己負担金免除制度のご案内

特別区民税非課税世帯の方*は、事前の手続きで自己負担金額が免除になる制度があります。詳しくは、健康づくり課健診係までお問い合わせください。

*生活保護等受給中の方は、あらかじめ受診券に「免除」と記載されています。免除の記載がない場合は、お問い合わせください。

新宿区国民健康保険に加入している40～74歳の方で健康診査(特定健康診査)を受けた後の保健事業

健康診査(特定健康診査)の結果、生活習慣病のリスクが高い方に、専門職(管理栄養士・保健師・医師等)が生活習慣の改善に向けた支援を行います。該当する方には、ご案内を下記の封筒で、健診受診からおおむね2か月後以降に送ります。

生活習慣の改善に向けた支援である特定保健指導・非肥満保健指導

内容 面接と電話等による支援(3カ月間)



実施機関・面接実施場所

- ・特定保健指導
 - 民間委託業者(会場:各保健センター)
 - または特定保健指導実施医療機関
- ・非肥満保健指導
 - 民間委託業者(会場:各保健センター)



がん検診と合わせて5つの生活習慣でがん予防を!

国立がん研究センターの調査によると、右表の5つの生活習慣の多くを実践する人ほど、がんになるリスクが低くなることが分かっています。

禁煙	たばこは吸わない。また、他人のたばこの煙を避ける
節酒	節度のある飲酒を心掛け、飲めない人は無理をしない
食生活を見直す	減塩を心掛け、野菜や果物を積極的にとる
適正体重の維持	太りすぎ・やせすぎにならないように注意する
体を動かす	家事や仕事等、日常生活の中で積極的に体を動かす

健康診査を受けて生活習慣病予防を!

生活習慣病は自覚症状がなく進行し、糖尿病や脳血管疾患などの大きな病気を引き起こします。

区で実施している健康診査では、生活習慣病の原因となる「肥満」「脂質」「血圧」「血糖」等の項目について、血液検査や尿検査を行っています。

健診は、病気の予防だけでなく、生活習慣を見直すチャンスです。1年に1回、健康診査を受けましょう。

健康診査・がん検診受診券等の請求及び問い合わせ先

電話

健康づくり課健診係
☎(5273) 4207

月～金
(祝日を除く)
8:30～17:00

FAX

「健康診査・がん検診のご案内JP.26の健康診査・がん検診受診券等請求FAX用紙等に請求内容をご記入の上、送信してください。
FAX: (5273) 3930

窓口

受診券等の即日発行をご希望の方はこちらへお越しください。

〒160-0022
新宿区新宿5-18-14 新宿北西ビル4F 健康づくり課健診係
月～金(祝日を除く)8:30～17:00 ☎(5273) 4207



5月25日からは下記のところからも受診券の請求ができます

東京電子自治体共同運営サービス **検索**

<http://www.e-tokyo.g.jp/top/index.html>

電子申請

※上記のとおり検索していただくか、または右二次元コードからお申込みください。
※電子申請の手続きは、令和5年5月25日からになります。お急ぎの方は電話でお問い合わせください。



東京電子自治体共同運営サービス