

津山市国民健康保険被保険者の皆様(40歳以上)



## お得な特定健診は今がチャンス!

★健診のご予約がまだの方、健診を受ける予定でなかった方、  
コロナ禍の今だからこそ、健康チェックをしましょう★

新しい生活様式により自粛生活や活動が減っている方は、症状の無いまま病気が重症化してしまうことが心配されます。

津山市国保にご加入の方は、身近な場所で簡単に安価で健診を受けることができます。  
ぜひ、お見逃しなく!!

### 特定健診(簡易版)が公民館でできます!

- ◆ とき 8月4日(火) 9:00~11:00
- ◆ ところ 津山東公民館
- ◆ 料金 200円
- ◆ 特典 血流チェックができます!

☆特定健診にお越しの際は、  
事前にお送りしている受診券をお持ちください☆

#### 【その他の日程】

- |           |             |             |                  |
|-----------|-------------|-------------|------------------|
| 9月11日(金)  | 9:00~11:00  | 13:00~15:00 | 津山すこやか・こどもセンター   |
| 10月20日(火) | 10:00~11:30 | 13:30~15:00 | イオンモール津山2階イオンホール |
| 1月29日(金)  | 9:00~11:00  | 13:00~15:00 | 津山すこやか・こどもセンター   |
- ※詳しくは受診券に同封の「令和2年度の健(検)診等のお知らせ」3ページをごらんください。

#### ★特定健診(簡易版)とは★

- ・問診
- ・身体測定(身長、体重、腹囲)
- ・診察
- ・血圧測定
- ・尿検査(糖、たんぱく)
- ・血液検査(脂質、肝機能、  
血糖、クレアチニン、尿酸)

特定健診のみ  
だから早い!

♪ 特典 ♪  
8・1月:血流チェック  
9・10月:骨密度測定

♪ 特典 ♪  
8・1月:血流チェック  
9・10月:骨密度測定



8/4(火)  
ハレルンが  
やってくる!!



津山市国民健康保険被保険者会マスコットキャラクター「ハレルン」

### ♪ 予約専用電話 ♪

☎0868 - 32 - 7009

受診券についてのお問い合わせ:津山市医療保険課  
☎0868 - 32 - 2071