

# 「のびのび健診（特定健康診査）」・「国保人間ドック」について

40歳～74歳のさいたま市国民健康保険に入っている人は、「のびのび健診（特定健康診査）」か、「国保人間ドック」のどちらかを受けられます。さいたま市が決めたお医者さんが1年に1回、あなたの体の具合をみます。

さいたま市は、毎年4月のおわりに、封筒に入れて『のびのび健診（特定健診）受診券』を、あなたの家に送ります。3月のおわりから1月のおわりまでに国民健康保険に入った人には、入った次の月に送ります。家に届かないときや失くしたときは、区役所保険年金課に聞いてください。

健診の期間は、2026年4月27日から2027年3月13日までです。期間内に1回だけ受けられます。ぜひ受けましょう！

## ◎受けかた

受ける前に、病院（さいたま市が決めたお医者さん）に予約してください。

受けられる場所は、『のびのび健診（特定健診）受診券』と一緒に送っている『のびのび健診（特定健診）等実施医療機関一覧』や『さいたま市ホームページ』をみてください（日本語です）。

<https://www.city.saitama.lg.jp/001/153/002/006/p008582.html>

または、区役所保険年金課に聞いてください。

## ◎「のびのび健診（特定健康診査）」について

### ①健診に持っていく物

のびのび健診（特定健診）受診券

さいたま市国民健康保険に入っていることがわかるもの※

※次のどれかを見せてください。

- ・マイナ保険証によるオンライン資格確認
- ・マイナ保険証とスマートフォン等のマイナポータル<sup>など</sup>の保険資格画面
- ・マイナ保険証と資格情報<sup>し</sup>のお知らせ
- ・有効期限内の資格確認書<sup>ゆうこうきげんない</sup>

りょうきん  
② 料金  
えん  
0円

けんさ  
③ 検査するもの

もんしん しんさつ しんたいけいそく けつあつそくてい けつちゆうししつけんさ かんきのうけんさ けつとうけんさ にようけんさ  
問診・診察、身体計測、血圧測定、血中脂質検査、肝機能検査、血糖検査、尿検査、  
じんきのうけんさ しんでんずけんさ ひんけつけんさ  
腎機能検査、心電図検査、貧血検査

ひつよう ひと がんでいけんさ  
★必要な人だけ：眼底検査

こくほにんげん  
◎ 「国保人間ドック」について

けんしん も もの  
① 健診に持っていく物

けんしん とくていけんしん じゆしんけん  
のびのび健診（特定健診）受診券

さいたましこくみんけんこうほけん はい  
さいたま市国民健康保険に入っていることがわかるもの※

つぎ み  
※次のどれかを見せてください。

- ・ マイナ保険証によるオンライン資格確認
- ・ マイナ保険証とスマートフォン等のマイナポータル<sup>など</sup>の保険資格画面
- ・ マイナ保険証と資格情報<sup>し</sup>のお知らせ
- ・ 有効期限内<sup>ゆうこうきげんない</sup>の資格確認書<sup>しかくかくにんしよ</sup>

りょうきん  
② 料金

	りょうきん 料金	やす きんがく 安くなる金額	びやういん はら きんがく 病院で払う金額
がんでいけんさ う 眼底検査を受けるとき	44,462円	11,000円	33,462円
がんでいけんさ う 眼底検査を受けないとき	43,230円		32,230円

こくほにんげん き けんさ う かね べつ  
※国保人間ドックで決められていない検査を受けるときは、お金が別にかかります。

けんさ  
③ 検査するもの

けんしん けんさこうもく きのうけんさ けつせいがくてきけんさ こきゆうきけんさ しょうかきけんさ  
のびのび健診の検査項目のほか、すい機能検査、血清学的検査、呼吸器検査、消化器検査  
など

こくほにんげん う し けんしん い はい だいちょう う  
※国保人間ドックを受けると、さいたま市がん検診（胃がん、肺がん、大腸がん）は受け  
られません。

◎<sup>けんしん</sup>のびのび<sup>こくほにんげん</sup>健診・国保人間<sup>けっか</sup>ドックの結果から、<sup>ほけんしどう</sup>保健指導<sup>う</sup>を受けてもらうことがあります。  
<sup>ひつよう</sup>必要な<sup>ひと</sup>人は<sup>いしや</sup>お医者さん<sup>い</sup>に言われます。