

**定期健康診断・生活習慣病健診のご案内**

— 春日部商工会議所 —

生活習慣病の初期は、ほとんど自覚症状もなく、長い年月をかけて進行していきます。そして病状が出たときには相当に進行していることが多く、治療も難しくなります。生活習慣病は、早期発見・早期治療が原則です。

さらに安心して就業できることは、「会社の元気」につながります。今回はインフルエンザの予防接種も同じ会場で接種して頂けます。当商工会議所では下記要領で健診を実施致しますので、この機会にぜひ受診して頂きますようご案内申し上げます。

※インフルエンザ予防接種のみでも受けられますので、お気軽にお申込み下さい。

事業主は「労働基準法第42条」並びに「労働安全衛生法第66条」により、常時使用する労働者に対し、年1回また特定業務従事者は年2回以上、健康診断を受診させることが義務付けられております。

1. 日程・会場

受付時間	午 前 の 部 9:00~11:15	午 後 の 部 14:00~15:15
日 程	春日部商工会議所 (定期健診・生活習慣病)	春日部商工会議所 (定期健診)
11月 26日(火)		

2. 検査内容・受診料

コース名	I. 定期健康診断	II. 生活習慣病健診	III. インフルエンザ <sup>*</sup> 予防接種	IV. オプション
費用	¥8,000	¥17,000	¥3,500	¥500~

※インフルエンザ予防接種を同時に受ける事が出来ます。(インフルエンザ予防接種のみでも可能です。)

※オプション(内容別紙)を希望される方は、申込書にご記入下さい。

3. 申込方法・諸注意 (申込は、以下のAまたはBのいずれかの方法でお申込み下さい)

A. 申込書(Excelシート)をダウンロードし、受診される方全員の情報を入力後、ファイル名を事業所名に変更しメールで送信してください。送信先: kenkoushidan@kasukabe-cci.or.jp

B. LINEによる申込み…以下のQRコードを読み込み、会社登録後、希望日、受診コース等を入力してください。

(※初めて申し込みされる方は各自でお友達追加してから入力する必要があります)

※締切り後、(11月上旬)を目安に、順次受診票が送付されますのでご確認ください。

※受診料は当日、会場でお支払いください。(お釣銭の無いようご協力ください)

※受診結果の送付については、受診日より1ヵ月程かかります。

◇ 定期健康診断に限り、受診者が50名以上いる場合、事業所にて受診することも可能です。

日程調整が必要ですので、希望される場合はお早目に当商工会議所まで問合せください。

締切り日: 10月15日(火)まで 【メール申込】  
 連絡先: 春日部商工会議所 総務課  
 Tel: 048-763-1122 / Fax: 048-763-1127



★午前中は定期健康診断・生活習慣病健診、午後は定期健康診断のみ、インフルエンザ予防

接種は希望時間を入力又○を入れて下さい。不明な場合等はお電話させていただきます。★

4. 各健診コースの内容

コース名	定期健康診断	生活習慣病健診	オプション
費用	¥8,000	¥17,000	◇ 有機溶剤健康診断
既往歴・業務歴の調査	○	○	トルエン ¥3,500
自覚症状の有無	○	○	キシレン ¥3,500
身長・体重・腹囲・視力・聴力	○	○	メチルメチル ¥2,500
胸部レントゲン(直接)	○	○	◇ 特定化学物質健康診断
血圧	○	○	ジクロロメチン ¥3,500
尿検査	○	○	スチレン ¥3,500
内科聴打診	○	○	クモ酸・重クモ酸 ¥3,500
貧血検査	○	○	◇ 特定業務従事者健診
肝機能検査	○	○	じん肺 ¥3,500
血中脂質検査	○	○	四アルキル鉛 ¥3,000
糖代謝検査(血糖検査)	○	○	◇ オプション検査
腎機能検査	○	○	呼吸器(喀痰) ¥3,000
心電図	○	○	血液一般(白血球像) ¥500
胃部レントゲン(間接)	×	○	アレルギー検査 ¥14,500
便潜血検査	×	○	動脈硬化検査 ¥12,000
腹部・乳房超音波検査	×	○	大腸がん検査(便潜血検査) ¥2,000
眼底検査(片眼)	×	○	腫瘍マーカー検査(採血によるがんのスクリーニング検査) ¥3,000~

5. 各検査項目の詳細

コース名	定期健康診断	生活習慣病健診
尿検査		糖・蛋白・潜血・ウロビリノーゲン
貧血検査		血色素量・赤血球数・白血球数・ヘマトクリット
肝機能検査		GOP・GPT・γ-GTP・総蛋白・ALP
血小板数検査		PLT
血中脂質検査		中性脂肪・総コレステロール・HDLコレステロール・LDLコレステロール
糖代謝検査		HbA1c
腎機能調査	×	尿酸・尿素窒素・クレアチニン
腹部超音波検査	×	肝臓・胆のう・すい臓・腎臓・ひ蔵・乳がん検査(女性のみ)
PSA検査(男性のみ)	×	前立腺がん検査

## 春日部市国民健康保険に加入されている方へ ～健診結果の提供をお願いします～

春日部市国民健康保険加入者の方で、春日部市特定健診を受診しない方の健康状態を把握するため、他の健診等を受診した方から、健診結果の提供をお願いしています。健診結果を提供いただくことで、春日部市の特定健診を受けたとみなすことができます。

ひとりでも多くの加入者の健康状態を把握し、皆様の健康増進のための取り組み等に活用させていただきます。ぜひ、ご協力をお願いいたします。

### ◆健診結果の提供をお願いしたい方

令和7年3月31日時点の年齢が40歳～74歳（昭和25年4月1日～昭和60年3月31日生まれ）の春日部市国民健康保険加入者

### ◆健診結果を提供する方法

健診結果の提供に同意していただける方は、申込書の「春日部市への結果提供」へご記入ください！



- ※ 健診結果は、生活習慣病等の疾病予防事業及び特定健診・特定保健指導に用いられ、皆さまの健康管理に役立つことを目的としており、その他の目的のために使用することはありません。
- ※ 同意者の健診結果は、春日部市が健診実施機関に照会をした上で受け取ります。同意者本人が手続きをする必要はありません。

#### <効果的な運動のコツ>

##### ●有酸素運動に筋力トレーニングを組み合わせると効果的！！

エネルギー消費の有酸素運動：ウォーキング、水泳、サイクリング、ラジオ体操など  
基礎代謝アップの筋力トレーニング：腹筋・背筋、ダンベル体操、スクワットなど

##### ～運動のポイント～



- ・空腹時は避け、食後1～2時間後に行うと、食後の血糖上昇が抑えられる
- ・細切れでも1日合計30分以上になればOK
- ・週3回以上、できれば毎日行うのが良い

#### 【お問い合わせ】

春日部市役所国民健康保険課 国保給付担当 TEL：048-796-8645（直通）