

あなたはメタボ？ 特定健診

近年、生活習慣の変化により、日本人の死因の約3割が生活習慣病(がんを除く)となっています。特定健診とは、この生活習慣病の原因であるメタボリックシンドロームに着目した健康診断で、40～74歳のすべての人を対象としています。

生活習慣病はそのまま放っておくと重症化し、いきなり心筋梗塞や脳卒中を引き起こしてしまうおそれがあります。

毎年1回、特定健診を受けて、病気の早期発見、健康維持につなげましょう。

健康への好・循・環

健康生活維持 |
楽しい生活を維持する



特定健診を受ける |
病気を早期発見する



健診結果を知る |
現在の健康状態を知る



国民健康保険 加入・脱退手続き案内

手続きは2週間以内に

3月から4月にかけては、引っ越しによる転入・転出や事業所への就職・退職などいろいろと異動の多い時期です。

国民健康保険は、自動的に加入や脱退をすることはありません。国民健康保険の加入や脱退についての各種届出は、異動のあった日から14日以内にもれなく手続きをお願いします。

手続き窓口 健康づくり推進課 国保年金係窓口

加入の手続き

こんなとき	必要なもの
転入したとき	<ul style="list-style-type: none"> ■ 印鑑 ■ 以前の市町村から発行された転出証明書
職場の健康保険をやめたとき	<ul style="list-style-type: none"> ■ 印鑑 ■ 社会保険資格喪失証明書など職場の健康保険をやめたことがわかる証明書
職場の健康保険の被扶養者からはずれたとき	<ul style="list-style-type: none"> ■ 印鑑 ■ 被扶養者からはずれたことがわかる証明書
子どもが生まれたとき	<ul style="list-style-type: none"> ■ 印鑑 ■ 母子健康手帳
任意継続が切れたとき	<ul style="list-style-type: none"> ■ 印鑑 ■ 任意継続が切れたことのわかる証明書

※国保の資格取得年月日は届出日ではなく、社会保険資格喪失日など異動日にさかのぼって加入になります。

※保険税の口座振替を希望する場合は通帳とその届出印が必要です。

脱退の手続き

こんなとき	必要なもの
転出するとき	<ul style="list-style-type: none"> ■ 印鑑 ■ 国保の保険証
職場の健康保険に加入したとき	<ul style="list-style-type: none"> ■ 印鑑 ■ 国保の保険証
職場の健康保険の被扶養者になったとき	<ul style="list-style-type: none"> ■ 職場の保険証(コピーでも可)
死亡したとき	<ul style="list-style-type: none"> ■ 印鑑 ■ 国保の保険証

※新しい健康保険に加入した日から国保の保険証は使えません。

※郵送での手続きを希望する場合は町ホームページをご覧ください。健康づくり推進課までお問い合わせください。

世帯の異動に関する手続き

こんなとき	必要なもの
世帯主が変わったとき	
町内で転居したとき	<ul style="list-style-type: none"> ■ 印鑑
氏名を変更したとき	<ul style="list-style-type: none"> ■ 国保の保険証
世帯を分離・合併したとき	