

<提出先> 「特定健康診査調査票 在中」

〒850-8570

長崎市尾上町3-1 長崎県庁3階

地方職員共済組合長崎県支部

特定保健指導室 担当：粕谷、大家

Fax:095-894-3741 [Tel:095-894-3745](tel:095-894-3745)

E-mail: tokuteihokensido@pref.nagasaki.lg.jp

※ご不明な点は、上記担当者へお問い合わせ下さい

※記入をお願いします。

所属所名	
組合員番号	
組合員名	

被扶養者名	
被扶養者連絡先※連絡先をご記入ください	

ご家族の方へ

令和6年度「特定健康診査」のご案内および「調査票」 (要提出)

地方職員共済組合の資格がある被扶養者の方に、送付しています。すでに資格を喪失されている方についても、「1」にご記入の上、ご返送下さい。

資格がある方については全員、1年に1度、決められた健診結果を国へ報告することになっていますので、受診券が届いた全員の方に、健診の受診状況についてこちらの「調査票」でご提出をお願いしています。下記をよく読んで、必要な項目にご記入をお願いします。

令和6年4月1日時点の年齢が39～73歳の被扶養者の方が、対象になります。

ご提出方法には、①組合員の所属所を通しての提出、②上記、提出先へ直接提出(郵送・Fax・E-mail) ③各QRコードへ入力する方法があります。ご利用しやすい方法での、ご提出をお願いいたします。

受診期間：令和6年4月1日～令和7年3月31日

1、下記の項目に該当する方は、今回の健診の受診は不要です。該当される方は「○」をつけ、こちらの「調査票」をご提出下さい。

- ① () 地方職員共済組合の資格を喪失(保険証返納)された(される)方
(喪失年月： 年 月)
 - ② () 妊娠している方
 - ③ () 障害支援施設や老人ホームに入所している方
 - ④ () 令和6年4月1日～令和7年3月31日の間に、6ヶ月以上の入院をした方
- ◆ 上記に該当された方は、ご記入いただく項目はこれで終了です。
上記以外の方は、「2」へ、お進みください。



2、下記の項目で、該当する健診の受診方法に「○」をつけ、それぞれの該当するページにお進み下さい。

「受診券」を使用する場合 (通院先で受診券を使用した場合も含む)

- ① () 同封している「特定健康診査受診券」を使って受診



A

「受診券」を使用しない場合

- ② () 共済組合が実施する「配偶者人間ドック」を受診



B

- ③ () 勤務先で、健診を受診



C・D

- ④ () 通院している病院で、検査を受診



- ⑤ () どうしても受診できない



E

3、受診手順および調査票の提出方法

☆受診方法によって、記入していただく内容が異なります。ご自身の受診方法へお進み下さい。
また、⑧～⑩の受診方法で、「受診券」が不要な方は、受診券はご自身で破棄されてください。

A

特定健康診査受診券を使用して受診 ※通院先の病院で受診券を使用した場合も含む

(1) 受診券の有効期限を確認する。

有効期限「令和7年3月31日」 ※QRコードからでも回答出来ます。

受診費用「1,000円」(自己負担額)



(2) 受診する病院を決めて、受診日を予約する。

受診券はピンク色です

受診出来る実施機関は全国にございます。

県内の実施機関一覧は、組合員の所属所へ配布しています。また、組合員のポータルサイトや長崎県国民健康保険団体連合会のHPにも掲載されておりますので、組合員へお尋ねください。

県外の実施機関については、当共済担当者にお尋ねになるか、組合員のポータルサイトや地方職員共済組合HPに掲載されておりますので、組合員へお尋ね下さい。

また、実施機関一覧に掲載のある病院で、ご予約の際に、健診を断られた場合は当支部までご連絡下さい。

毎年、1月過ぎは実施機関が混雑し予約が取れないケースが見られます。早めの予約をお願いします。

「県庁診療所」での受診も可能です。お近くの方は、ご利用下さい。(095-894-3741)

(3) 受診当日は、「特定健康診査受診券」「保険証」1,000円を持って、朝食は食わずに受診して下さい。

(4) 受診が済まれましたら、下記に「受診日」と「病院名」を記入し、早めにこちらの「調査票」をご提出下さい。

(健診結果の記入は必要ありません！)

受診日	年	月	日	病院名
-----	---	---	---	-----

◆④受診券を使用して受診した方は、これで記入は終了です。

B

配偶者人間ドックを受診



※QRコードからでも回答出来ます。

(1) 対象年齢の方には、組合員を通して、6月頃に希望調査がありますので、組合員へお尋ね下さい。

※人間ドック対象年齢：令和6年4月1日時点の年齢が35, 40, 45, 50, 55, 60歳の方

※希望される方は、当組合が契約している病院の中から、希望する病院を選び、組合員を通し申請して下さい。

(2) 病院が決定したら、当組合より被扶養配偶者人間ドック「受診決定通知書」が届きますので、届きましたら通知書に記載のある病院へ、各自で受診日をご予約下さい。(注：今回、同封している「特定健康診査受診券」とは異なります。)

※今回同封の「特定健康診査受診券」は、破棄して下さい。

(3) 受診当日は被扶養配偶者人間ドック「受診決定通知書」と、必要な経費、保険証を持って、朝食は食わずに受診して下さい。

(4) 受診が済まれましたら、下記に「受診日」と「病院名」を記入し、早めにこちらの「調査票」をご提出下さい。

(健診結果の記入は、必要ありません)

受診日	年	月	日	病院名
-----	---	---	---	-----

◆⑩配偶者人間ドックを受診した方は、これで記入は終了です。

所属所名		組合員番号		被扶養者名	
				被扶養者連絡先	

C

() 勤務先での健診を受診

※「C」「D」該当する方法に(○)

D

() 通院している病院で、検査を受診

をつけて下さい

※QRコードからでも回答出来ます。



☆◎または⑩の方は、下記の問診項目への記入と、検査結果(記入またはコピー)をご提出下さい。下記をよく読んで、ご記入ください。(裏面および次頁にも、続きがあります)

(1) 問診項目 (C または D で受診の方は、全員ご記入下さい) ※該当する回答に「○」をしてください。

No.	問 診 項 目	回 答
1	血圧を下げる薬を飲んでいる	① はい ②いいえ
2	血糖を下げる薬、またはインスリン注射を使用している	① はい ②いいえ
3	コレステロールや中性脂肪を下げる薬を飲んでいる	① はい ②いいえ
4	医師から、脳卒中(脳出血、脳梗塞等)との診断や、治療を受けたことがある	① はい ②いいえ
5	医師から、心臓病(狭心症、心筋梗塞等)との診断や、治療を受けたことがある	① はい ②いいえ
6	医師から、慢性腎臓病や慢性腎不全との診断や、治療(透析など)を受けている	① はい ②いいえ
7	医師から貧血と言われたことがある	① はい ②いいえ
8	現在、たばこを習慣的に吸っている (※「習慣的に」とは下記の条件を全て満たす者) 条件1:最近1カ月間吸っている 条件2:生涯で6カ月間以上吸っている、又は合計100本以上吸っている	① はい (条件1, 2両方を満たす) ② 以前は吸っていたが、最近1カ月は吸っていない(条件2のみ) ③ いいえ(条件1, 2以外)
9	20歳の時の体重から、10kg以上増加している	① はい ②いいえ
10	1回30分以上の軽く汗をかく運動を、週2日以上、1年以上実施している	① はい ②いいえ
11	日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施している	① はい ②いいえ
12	ほぼ同じ年齢の同性と比較して、歩く速度が速い	① はい ②いいえ
13	食事を噛んで食べる時の状態は、どれですか？	① 何でも、噛んで食べられる ② 歯や歯茎や噛み合せなど気になる部分があり、噛みにくいことがある ③ ほとんど噛めない

裏面に続く

No.	問 診 項 目	回 答
14	人と比較して、食べる速度はどうですか？	① 速い ②ふつう ③遅い
15	就寝前の 2 時間以内に夕食を摂ることが週に 3 回以上ある	① はい ②いいえ
16	朝昼夕の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか	① 毎日 ②時々 ③ほとんど摂取しない
17	朝食を抜くことが、週に 3 回以上ある	① はい ②いいえ
18	お酒を飲む頻度は、どれくらいですか？ (※「やめた」とは、過去に月 1 回以上の習慣的な飲酒歴があった者のうち、最近1年以上酒類を摂取していない者)	①毎日 ②週 5~6 日 ③週 3~4 日 ④週 1~2 日 ⑤月に 1~3 日 ⑥月に 1 日未満 ⑦やめた ⑧飲まない（飲めない）
19	飲酒をされる方、1 日当たりの飲酒量は？ 日本酒 1 合(15 度・180ml)、ビール 1 合(5 度・500ml)、焼酎 1 合(25 度・110ml)、ワイン 1 合(14 度・180ml)、ウイスキー 1 合(43 度・60ml)、缶チューハイ 1 合(5 度・500ml、7 度・350ml)	① 1 合未満 ② 1~2 合未満 ③ 2~3 合未満 ④ 3~5 合未満 ⑤ 5 合以上
20	睡眠で、休養は十分とれている	① はい ②いいえ
21	運動や食生活等の生活習慣についてどう思われますか？	① 改善するつもりはない ② 6 ヶ月以内には改善するつもりがある ③ 1 ヶ月以内には改善するつもりがある ④ 改善中(6 ヶ月間未満) ⑤ 改善中(6 ヶ月間以上)
22	生活習慣の改善について、これまでに特定保健指導を受けたことがありますか？	① はい ②いいえ

※問診票に続き、健診結果の内容は、
次のページへご記入ください。

C,Dの続き

◆お願い◆

※通院先での検査項目の不足は、主治医へご相談下さい。

※健診受診日が、「令和6年4月1日～令和7年3月31日」の間のものに限りま

※結果票のコピーに記入されていない項目は、下表に直接ご記入ください。

※身長・体重・腹囲・血圧の値の記入漏れにご注意ください。

(2) 検査結果の提出

勤務先での健診結果または、通院先での検査結果を下表の「検査結果記入欄」にご記入ください。結果票のコピーを同封し、ご提出いただいても結構です。「検査結果記入欄」の項目①～⑨が必須項目となりますので、不足項目がないかご確認下さい。また、不足項目があった場合でも、追加検査出来ない場合は、可能な限りご記入いただき、ご提出をお願いします。

※④についてはご自分で測定した結果でも構いません。⑧は、血糖またはHbA1c どちらか片方でも可。

<検査結果記入欄>

①	受診日	年 月 日	病院名				
②	医師の診断				診断した医師名		
③	自覚症状				既往歴		
④	身長	cm	体重	kg	腹囲	cm	血圧 /
⑤	食後、何時間後に採血を受けましたか？		食後（ ）時間後				
⑥	脂質検査	中性脂肪		HDLコレステロール		LDLコレステロール	
⑦	肝機能検査	GOT		GPT		γGTP	
⑧	血糖値検査（いずれか1つでも可）	血糖値			HbA1C		
⑨	尿検査（当てはまる箇所に○をつけてください）	尿蛋白	- ± + 1 + 2 + 3 +	尿糖	- ± + 1 + 2 + 3 +	※生理尿で、検尿ができなかった方は、ここに○をつけてください（ ）	

※下記の ⑩、⑪ は、検査された方のみご記入ください。

⑩	貧血検査	赤血球		血色素量		ヘマトクリット	
⑪	クレアチニン(血中)		Non・HDL コレステロール		総コレステロール		

◆ ◎勤務先での健診を受診 ⑩通院先で検査を受診の方は、これで記入は終了です。

E

どうしても受診できない理由がある

※QRコードからでも回答出来ます。



受診できない理由をご記入下さい。

◆⑪の方は、これで記入は終了です。

被扶養者の方が利用できる地共済の健診の種類

対象者	健（検）診の種類	対象年齢 (4月1日時点の年齢)	健診内容	利用期限	自己負担金	受診案内
配偶者	1 特定健康診査 ※年に一度、国への報告が必要です。今年の受診券は5月に発送しておりますので、早めの受診をお願いします！	生活習慣病健診	39～73歳	問診、身体測定、血圧、尿検査 血液検査（肝機能・脂質・血糖）※医師の判断により心電図、眼底、貧血検査	受診券発行～3月末日	千円 通知
	2 人間ドック ※特定健康診査も兼ねています。人間ドックを受けられる方は特定健康診査は受けられません。 担当：本田（095-895-2167）	生活習慣病健診＋がん検診	35 40 45 50 55 60	特定健康診査の内容 ＋各種がん検診 ＋胸部X-P ＋その他7*ヨソ検査（実施機関により内容は異なります）	8月1日～12月31日 （医療機関との調整によっては、2月まで可）	3割負担 職員を通して希望調査をいたします
	3 がん検診 ※生活習慣病健診は含まれません、別途、特定健診を受診して下さい。 ※人間ドックを受診される方は、利用出来ません。 担当：本田（095-895-2167）	胃がん	年齢制限なし	胃透視	毎月ポータルサイトのお知らせ（ファイル集）に掲載 事業団の実施日	無料
		乳がん	39歳以下	視触診＋超音波	8月1日～12月31日	無料
			40歳以上	①超音波＋（視触診） ②マンモグラフィ＋（視触診） ③マンモグラフィ＋超音波＋（視触診） ④超音波＋マンモグラフィ（集団検診のみ）	事業団の実施日 8月1日～12月31日	無料
		子宮がん	年齢制限なし	内診、細胞診	事業団の実施日 8月1日～12月31日	無料
配偶者以外の家族	1 特定健康診査 ※年に一度、国への報告が必要です。今年の受診券は5月に発送しておりますので、早めの受診をお願いします！	生活習慣病健診	39～73歳	問診、身体測定、血圧、尿検査 血液検査（肝機能・脂質・血糖）※医師の判断により心電図、眼底、貧血検査	受診券発行～3月末日	千円 通知

よくある質問 Q&A

Q1 配偶者人間ドックを受ける予定です。「特定健診」も「人間ドック」もどちらも受けないといけないの？



A 「人間ドック」には「特定健診」の内容が全て含まれますので、その場合は「人間ドック」を優先して受診してください。※「人間ドック」は、「特定健診」に「がん検診」をプラスした健診になります。

Q2 「がん検診」を毎年受けています。「特定健診」も受けないといけないの？



A 「がん検診」と「特定健診」は全く内容が異なる健診ですので、どちらも「毎年」受診してください。

※「がん検診」は、がんを早期発見する検診。「特定健診」は生活習慣病予防（高血圧、糖尿病、脂質異常）健診になります。

