

# はじめて「とくとく健診」の対象となる 40歳のみなさまへ

「とくとく健診」を受けて、生活習慣病を未然に防ぎましょう！

メタボ（メタボリックシンドローム、内臓脂肪症候群）は腹囲と血糖、血圧、脂質で判定します。  
メタボになると糖尿病等の生活習慣病の発症リスクが高まります。

「とくとく健診」は、札幌市国民健康保険に加入している40歳以上の方を対象とした、生活習慣病予防のための健康診査です。

40歳の方だけ！  
約9,000円  
相当の健診が…



40代の5人に1人がメタボまたはメタボ予備群  
あなたは自分の身体の状態を数値で知っていますか？

令和4年度にとくとく健診を受診した方のうち、40代のメタボ該当者は9.5%、メタボ予備群も含めると21.1%となっています。

「とくとく健診」を受けて、健康状態をチェックしましょう。

## 注意事項

- ・「40歳無料」の適用となる方は、受診券の自己負担額欄の金額が0円と記載されています。  
ただし、希望制の付加健診を受診する場合は、別途500円がかかります。
- ・「40歳無料」の適用期間は、令和7年3月31日までです。
- ・来年度以降は、受診の際、基本健診の自己負担額（実施医療機関は1,200円、住民集団健診は600円）がかかります。（市・道民税非課税世帯の方は、基本健診の自己負担額は免除されます。）

《お問い合わせ先》 札幌市保健福祉局国保健康推進担当課 ☎ 211-2887