

国民健康保険被保険者(30歳～74歳)のみなさん！

今年から

特定健康診査(集団)を受けると



あなたの **尿中塩分濃度** がわかります

Q.尿中塩分濃度測定とは？

A. 尿に排出される食塩の量を測定します。自分の食べているものから、どれくらい塩分(推計)を取っているのかを知ることができます

Q.どうやってするの？

A. 健診時の採尿検査でできます

Q.料金は？

A. 自己負担はありません

尿中塩分濃度測定を行うことで、  
ご自身の塩分摂取量を確認し、  
血圧管理に役立てることができます。



塩分摂取量が数値化されることで、自分の  
塩分摂取量を知り、健康づくりに役立てま  
しょう！

来年の健診が楽しみになるかも！？

特定健診を受けて、買い物に行こう♪

道の駅 歓遊舎ひこさん

**お買物券 500円プレゼント**

\*40歳～74歳の方。ただし、国民健康保険税の滞納のない世帯に限ります

