

# 特定健康診査・特定保健指導

「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づき、内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）に着目した健康診査である「特定健康診査」と、その健診結果から生活習慣の改善が必要と判断された方に対して生活習慣の改善をサポートする「特定保健指導」を実施します。

**【利用対象者】 40歳から75歳未満の組合員及び被扶養者**

## 特定健康診査

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目し、生活習慣病の予防を目的とした健診です。

### (1) 受診方法

**組合員** …定期健康診断又は当支部実施の人間ドックの受診により、特定健康診査に代えます。

**被扶養者** …6月下旬頃、自宅宛てに「特定健康診査受診券（セット券）」を送付します。

※ 受診に係る**自己負担額はありません**。

※ 年度途中に加入された方で受診を希望される方は当支部まで御連絡ください。

①医療機関（特定健診等実施機関）に予約の上、セット券を持参して受診する。

②市町で実施する集団健診にセット券を持参して受診する。

（予約等は市町へ問い合わせてください。）

③人間ドック受診時にセット券を使用する。

（セット券の使用可否や予約等は健診機関へ問い合わせてください。）

④職場の定期健康診断や御自身で人間ドックを受診（セット券使用なし）した場合は、その健診結果の写し、質問票、未使用のセット券を当支部に提出することで特定健康診査の受診に代えることができます。



### (2) 検査項目

基本項目	既往歴の調査（服薬歴及び喫煙習慣の状況に係る調査を含む。）	
	自覚症状及び他覚症状の有無の検査	
	身体計測	身長、体重、BMI、腹囲
	血圧測定	
	尿検査	尿糖、尿蛋白
血液検査	脂質検査	中性脂肪、HDL（善玉）コレステロール、LDL（悪玉）コレステロール
	肝機能検査	GOT(AST)、GPT(ALT)、 $\gamma$ -GTP( $\gamma$ -GT)
	血糖検査	空腹時血糖又はHbA1c（やむを得ない場合は、食直後を除き随時血糖も可）
詳細項目	貧血検査	ヘマクリット値、血色素量、赤血球数
	心電図検査	
	眼底検査	
	血清クレアチニン検査	

### (3) 個人情報の取扱いについて

当共済組合が保有する個人情報は、個人情報の保護に関する法律（平成15年法律第57号）、公立学校共済組合個人情報保護規程（平成5年12月17日制定）、個人情報保護方針（平成17年3月16日制定）その他関係法令を遵守し、厳重に管理します。

健診結果については、個人を特定する項目を削除した上で、検査数値を統計的に使用する場合がありますので、あらかじめ御了承ください。

特定保健指導 – 特定保健指導を利用して生活習慣を改善しましょう！ –

特定健康診査の結果から、生活習慣の改善が必要と判断された組合員及び被扶養者の方に対して、将来の疾病（脳卒中・心筋梗塞・糖尿病等）を予防することを目的に、保健師・管理栄養士等の専門職が生活習慣の改善をサポートします。（特定保健指導は令和2年度も**無料**で受けることができます。）

特定保健指導には、動機づけ支援（メタボリックシンドローム予備群）と積極的支援（メタボリックシンドローム該当）があります。



特定保健指導の案内があった方はぜひご利用ください♪

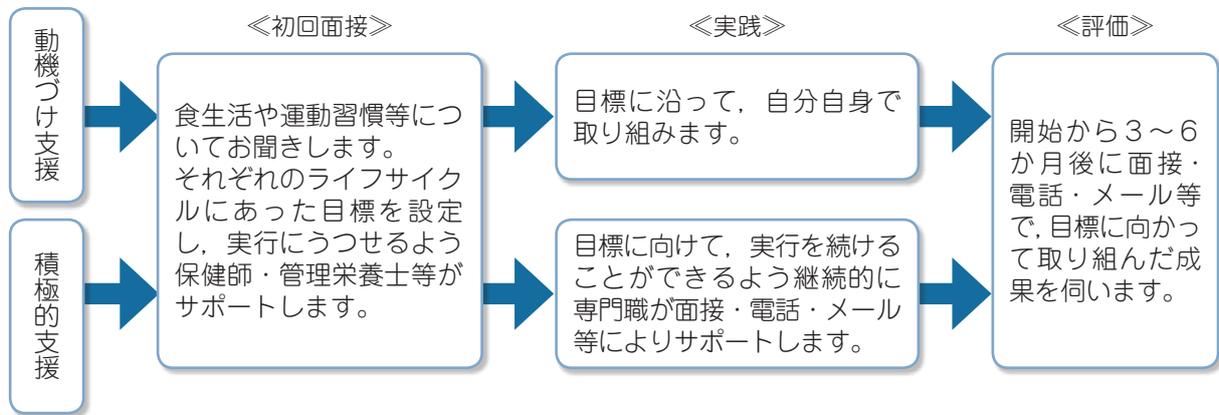
(1) 特定保健指導の対象となる方

腹囲	追加リスク※ 血糖・脂質・血圧	喫煙歴	指導レベル	
			40～64歳	65～74歳
男性85cm以上 女性90cm以上	2つ以上該当	—	積極的支援	動機づけ支援
	1つ該当	あり ない		
男性85cm未満 女性90cm未満 でもBMIが25以上	3つ該当	—	積極的支援	動機づけ支援
	2つ該当	あり ない	動機づけ支援	
	1つ該当	—		

※ 追加リスク

- ①血糖：空腹時血糖 100mg/dl以上 又は HbA1c(NGSP値) 5.6%以上
- ②脂質：中性脂肪 150mg/dl以上 又は HDLコレステロール 40mg/dl未満
- ③血圧：収縮期 130mmHg以上 又は 拡張期 85mmHg以上

(2) 特定保健指導の内容



(3) 利用方法

特定保健指導実施方法	対象者	利用方法
① 人間ドック型 (当日型・後日型)	組合員	特定保健指導を実施している健診機関で人間ドックを受診された方は、当日中または後日に特定保健指導の初回面接を受けられます。 特定保健指導を実施していない健診機関で人間ドックを受けた方は、②または③の方法で特定保健指導を受けることができます。
② 所属所訪問型	組合員	委託実施機関（※1）の保健師等が所属所に訪問し、特定保健指導を受けられます。
③ 健診機関型	組合員 被扶養者	広島支部から『特定保健指導利用券』を発行しますので、利用の際は御連絡ください。利用券発券後、特定保健指導実施健診機関へ直接電話予約の上、特定保健指導を受けられます。

※1 委託実施機関：令和元年度はSOMPOヘルスサポート株式会社で実施しています。

●特定保健指導の対象者には、健診機関又は委託実施機関又は広島支部から連絡します。