

【特定健康診査・特定保健指導のご案内】

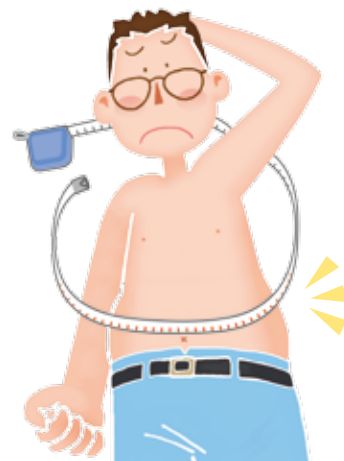
特定健康診査でメタボリックシンドロームを チェックしましょう！

特定健康診査はメタボリックシンドロームに着目した健診です

おなか回りに内臓脂肪が過剰に溜まっている状態を内臓脂肪型肥満といいます。これに加えて、高血糖、高血圧、脂質異常のうちいずれか2つ以上を併せ持った状態を、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）といいます。

これが生活習慣病の原因となり、放置しておくと、糖尿病や心臓病、脳卒中等の重篤な疾病につながります。

特定健康診査はこのメタボリックシンドロームに着目した40歳～75歳の方が対象の健診です。



特定健康診査を受診して身体の状態を知りましょう！

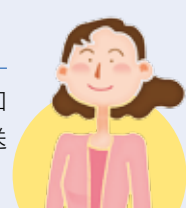
組合員本人は…

職場での定期健康診断を受診することで、特定健診を受診したことになります。



被扶養者は…

自宅宛に、特定健康診査受診のお知らせを送付します（6月中旬以降送付予定）。



受診すると、受診結果を分かりやすく解説したお知らせが届きます。生活習慣病発症のリスクはないかチェックしましょう。自分の身体の状態を知り、ちょっとした身体の変化に早めに気づき、生活習慣の改善を意識することで疾病の予防ができます。1年に一度、定期的に受診しましょう。

特定保健指導で生活習慣病のリスクを減らしましょう！

受診の結果、生活習慣病発症のリスクがある方には、特定保健指導のご案内を送付します（11月以降順次送付予定）。特定保健指導では、医師や保健師等から、生活習慣等の改善に関する情報の提供や、アドバイスによる支援を個別に受けることができます。できることから始めて、将来の健康に関するリスクを減らしていきましょう。

問合せ先 福利厚生課厚生係 | 03-5320-6821