

生活習慣改善に向け特定健康診査を受けましょう

40代を過ぎると、生活習慣病を発症することが多くなり、症状の重症化を防ぐことと、予防することが大切となります。特定健康診査・特定保健指導は、これらの生活習慣病発症の原因となるメタボリックシンドロームの発見と改善に重点が置かれています。年に1回、特定健康診査を受診して、今の自分の健康状態と向き合しましょう！

「高齢者の医療の確保に関する法律」が平成20年4月から施行されたことに伴い、当共済組合をはじめとした各医療保険者には、40歳から75歳未満の本人及び被扶養者の方々を対象とする、メタボリックシンドローム(内蔵脂肪症候群)に着目した特定健康診査及び特定保健指導の実施が義務付けられています。



40歳以上75歳未満の被扶養者の方に「特定健康診査受診券」を送付します

組合員ご自身は、定期健康診断や当支部が実施する人間ドック等の健診をもって特定健康診査を受けたものとみなされますが、被扶養者の方は、各医療機関で受診していただくこととなります。「特定健康診査受診券」を7月にご自宅に送付しますので、受診券と被扶養者証をご持参のうえ、特定健康診査を受診してください。

受診は無料です。(特定健康診査項目に限る。)

特定健康診査にはこんなメリットがあります

- ① 心筋梗塞や脳梗塞などの生活習慣病を**予防**できる。
- ② 特定保健指導の対象者になった場合、専門家(保健師・管理栄養士)の支援を受けてご自身の生活習慣を**改善**できる。
- ③ 継続して自分の健康状態を**確認**できる。
- ④ 生活習慣病の発症を防ぐことで、**医療費を節約**できる。
- ⑤ 健診結果のデータをもとに保健事業が計画・実施され、生活習慣改善に向けた**効果的なサイクル**が生まれる。



検査内容



- ・身体計測(身長・体重・BMI・腹囲)
- ・理学的検査(身体診察)
- ・尿検査(糖・蛋白)
- ・血圧測定
- ・質問票(服薬歴・喫煙歴等)
- ・血液検査(脂質検査〔中性脂肪・HDLコレステロール・LDLコレステロール〕)
- ・血糖検査〔空腹時血糖又はHbA1c〕
- ・肝機能検査〔GOT・GPT・r-GTP〕
- 医師が必要と認めた場合
 - ・心電図
 - ・眼底検査
 - ・貧血検査(赤血球数、血色素量(ヘモグロビン値)、ヘマトクリット値)
 - ・血清クレアチニン(eGFRによる腎機能の評価を含む)