

# 年に一度は体の点検を！「特定健診」

近年の日本では生活習慣病の患者が増え続けており、日本人の死亡原因で約6割を占めると言われています。組合では生活習慣病の増加を防ぐために、40歳から74歳までの方を対象にメタボリックシンドロームに着目した**特定健康診査**(特定健診)を推進しております。また、特定健診で基準を超える異常値が見られた方を対象に**特定保健指導**を実施しております。特定健診は人間ドックや巡回健診等様々な受診方法を選べますので「年に一度は体の点検」を欠かさず受けるようにしましょう！

## 特定健康診査について

### 対象となる方

- ・ 40歳以上75歳未満の被保険者が対象です。
- ・ 年度途中に加入された場合、翌年度からの対象となります。
- ・ 年度初旬に「**特定健康診査受診券**」とご案内が自宅に届きます。

### 結果の通知

- ・ 健診後、受診した健診施設より健診結果票が送付されます。
- ・ 生活習慣の改善が必要と診断された方には「**特定保健指導利用券**」が自宅に届きます。

### 受診できる場所

- ・ 業務委託契約先の健診施設にて受診いただけます。(ホームページトップ→特定健診・特定保健指導のページに実施機関一覧の掲載あり)

### その他

- ・ 費用について、基本検査項目は組合負担、詳細項目は受診者負担となります。
- ・ 受診有効期限について、平成31年4月1日～令和2年3月31日までとなります。

## 基本検査項目について(無料)

### 問診・診察

- ・ 服薬歴、喫煙歴、既往歴、自覚症状、他覚症状

### 身体測定

- ・ 身長、体重、腹囲

### 血圧測定

- ・ 収縮期血圧、拡張期血圧

### 血液検査

- ・ 脂質検査、肝機能検査、糖尿病検査

### 尿検査

- ・ 尿糖、尿たんぱく



# 特定健診で判定される数値について

①...

## 腹囲

- 男性/85cm以上
- 女性/90cm以上

又は

## BMI

- 25以上

①と②の項目の数値の他喫煙の有無などにもよって生活改善が必要かどうか評価されます！

②...

## 脂質

- ・中性脂肪（150mg/dl以上）
- ・HDLコレステロール（40mg/dl未満）

## 血圧

- ・収縮期血圧（130mmHg以上）
- ・拡張期血圧（85mmHg以上）

## 血糖

- ・空腹時血糖又は随時血糖（100mg/dl以上）
- ・HbA1c（5.6%以上）

## 特定保健指導について

特定健診を受けた方で生活改善の対象となった方は、医師・保健師・管理栄養士など専門家からサポートが受けられます。特定健診受診後に届く**特定保健指導利用券で無料受診ができます**のでご活用ください。

メタボリックシンドロームのリスクに応じて動機付け支援と積極的支援の2種類があります。特定保健指導の対象となった方へ、文書での通知やお電話にて受診勧奨をさせていただく場合もあります。

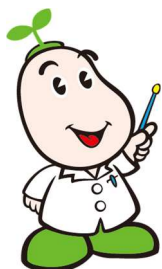
## 受診を迷われている方へ...

当組合では組合員の健康増進のため年に一度の特定健診の受診を推進しておりますが、特定健診は国から保険者に義務付けられている制度で、保険者ごとに目標率が設定されています。国保組合の目標率は70%以上ですが、当組合の受診率は約49%（平成29年度実績）です。目標率に達しない場合、国からの交付金等が調整され、結果として保険料の値上げや各種補助金の減額など、組合の制度に影響を及ぼす場合があります。

人間ドック等を受診する場合、検査項目の中に特定健診の項目が含まれているため、**健診結果をご提出いただければ特定健診を受診したものとみなすことができます。**

特定健診受診率の向上は組合財政の改善、ひいては組合員皆様にとってのメリットにつながって行きます。特定健診受診率の向上を図るためにも、年に一度の受診と健診結果の提出にご協力くださいますようお願い申し上げます。

※特定健診（健康診断）受診方法の詳細は、組合ホームページや国保のしおりをご覧ください。



こちらのQRコードをスマートフォンで読み込むと組合HPへアクセスできます。

作成：関東信越税理士国民健康保険組合

さいたま市大宮区桜木町 4-376-1

TEL:048-631-2211 FAX:048-644-3030