

特定健診・特定保健指導について

特定健診について

1. 40歳～75歳未満の被保険者及び被扶養者の方を対象に「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づき、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）など肥満による生活習慣病の予防対策を取り入れた健診（特定健診）、特定保健指導を実施しております。令和5年度も同様の内容で実施いたします。
2. メタボリックシンドロームとは、内臓のまわりに脂肪がたまる「内臓脂肪型肥満」に加え、高血糖、高血圧、脂質代謝異常という危険因子（リスク）が2つ以上ある状態をいいます。この状態になると、糖尿病や動脈硬化が進行し、心臓病や脳卒中などの心血管疾患の発症が多いことがわかっています。
3. 今までの健診では、個々の疾病の早期発見・早期治療を目的とし、保健指導では疾病ごとの指導が中心でしたが、「特定健診・特定保健指導」は健診によってメタボリックシンドロームなどの動脈硬化の危険因子を見つけ出し、その改善と予防に向けた保健指導に重点をおき、より効果的な生活習慣病対策を行うことを目的としています。
4. 当健保組合の、「成人病健診・家族健診」は「特定健診検査項目」を網羅した内容で実施いたします。

健診の結果表の他に、「特定健診結果表」が送付され、特定保健指導（動機付け支援・積極的支援）の対象となった方に医師や保健師・管理栄養士などの専門スタッフによる保健指導を行います。

- ※ 「特定健診・特定保健指導」はその実施が健保組合に義務化されており、その取り組み状況により、健保組合が国に納める納付金（後期高齢者支援金）の額が増減されます。健診や保健指導は、みなさまの健康につながるだけでなく健保組合の財政にも大きな影響を与えますので、必ず受診くださいますようお願いいたします。

◎特定健診の検査内容

特定健診の検査項目

必須項目

- ◎質問票（服薬歴、喫煙歴等）
- ◎身体計測（身長、体重、BMI、腹囲）
- ◎診察
- ◎血圧測定
- ◎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、またはHbA1C）
 - ・肝機能検査〔AST(GOT)、ALT(GPT)、 γ -GT(P)〕
- ◎検尿（尿糖、尿蛋白）



詳細な健診の項目

（医師が必要と認めた場合に実施）

- ◎心電図検査
- ◎眼底検査
- ◎貧血検査
（赤血球数、血色素量、ヘマトクリット値）
- ◎血清クレアチニン検査
（eGFRによる腎機能の評価を含む）

特定保健指導について

「特定保健指導」は、「特定健診」の結果をもとに、ご自身の健康状態を把握し、食事や運動などの生活習慣の改善のため、個々人に合った行動目標を設定・実行できるように、医師や保健師・管理栄養士などの専門スタッフによる支援を行なうことに重点がおかれます。

特定健診の結果、特定保健指導（動機付け支援・積極的支援）の対象と判定された方は、生活習慣を見直し、その改善に努めてください。

特定健診で特定保健指導の対象となった方の中から、当健保組合でリスクに応じて選定した方および希望者を優先してICTを活用した遠隔面接も含め実施いたします。

また、出版健保健康管理センターでは、特定保健指導の対象となった方に、健診当日、医師の診察後に保健師による初回面接を行いますので、必ず受けていただくようお願いいたします。

◎特定保健指導対象者の選定方法と判定基準

（健診結果から次のステップに沿って保健指導の支援レベルが選ばれます。）

