

平成20年4月から

特定健診・保健指導がはじまります。

(高齢者の医療の確保に関する法律第19条)

どこが実施するの？

加入している**医療保険者**が実施します。

医療保険者とは？



- ・国民健康保険
- ・政府管掌健康保険
- ・組合健保
- ・共済組合
- など

加入している保険は、医療保険証をご確認ください

対象者は？

40歳から74歳の方が対象です。

- ・75歳以上の方の健診は、実施に向けて準備をしています。

内容は？

メタボリックシンドロームに着目した健診・保健指導です。

- ・健診結果に応じた保健指導が受けられます。
- ・メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を予防するため、食事・運動・喫煙などの生活習慣改善に重点が置かれます。

内臓脂肪型肥満

<腹囲>

- 男性 85cm以上
- 女性 90cm以上

+

高血圧

収縮期血圧(最高血圧)が130mmHg以上か拡張期血圧(最低血圧)が85mmHg以上のいずれか、もしくは両方

高血糖

空腹時血糖値が110mg/dl以上
(特定健診保健指導における保健指導判定値は100mg/dl以上)

中性脂肪

中性脂肪が150mg/dl以上かHDLコレステロールが40mg/dl未満のいずれか、もしくは両方

腹囲は立位で「へそ」の高さで計測します。

※腹囲に加え、上記2項目以上が該当すると(1項目の場合は予備群)

メタボリックシンドローム

(※メタボリックシンドローム診断基準検討委員会より)

進行すると

心臓病・脳卒中・糖尿病の合併症などを発症

医療費の増大

生活習慣病は突然発病するのではなく、その前からの健診結果より予兆を知ることができます。

必ず年に一回は健診を受けるようにしましょう。

【お問い合わせ】 住民環境課 国保年金係 ☎22-4281
保健福祉課 保健係 ☎22-4035