

4月から

「特定健診・特定保健指導」が始まります

医療制度の改正により、これまでの健診が次のように変わります。

変更 その1

これまでの健診は、糖尿病等の生活習慣病の早期発見・治療を目的に行われてきました。しかし、特定健診では、予防が必要な対象者・内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）の該当者・予備群を見つけ、それらの改善・予防に向けて支援を行っていくという目的が変わります。



変更 その2

40～74歳の方は、加入している医療保険者（健康保険証を発行している機関）が行う健診・保健指導を受けることとなります。

市でも常陸大宮市国民健康保険（以下国保）に加入している40～74歳の方全員が対象となり、特定健診・保健指導を受けることとなります。

変更 その3

40～74歳で国保に加入している方は、病院に通院していても市で行う特定健診を受けることとなります。

年 齢	特定健診 (循環器健診)	自己負担
40歳未満	受診可能	有
40～74歳	国 保	全員受診 有
	国保以外	各医療保険者から受診券が発行されますので、その指示にしたがってください。
75歳以上	受診可能	無

問い合わせ先

総合保健福祉センター かがやき
健康推進課 ☎54-7121

変更 その4

健診項目が変わります。

これまでの健診	健 診 項 目	
	加わるもの	なくなるもの
身体計測・尿検査・血圧測定・血液検査・心電図検査・眼底検査	腹囲(おへそ周り)測定 血液検査(LDLコレステロール・血清尿酸・HbA1c)	心電図検査・眼底検査・血液検査(総コレステロール・貧血検査)

- *LDLコレステロール…悪玉コレステロール
- *血清尿酸…通風等の有無を調べます。
- *HbA1c…食事の影響を受けることなく、1～2か月前の血糖の状態を推定します。

変更 その5

健診結果に基づき、内臓脂肪リスクと追加リスクの数をカウントして保健指導の対象者を必要度別にグループ分けし、予防・改善に向けての支援をおこなっていきます。

- 腹囲とBMIで内臓脂肪リスクをカウント
 - ・腹囲 男性 ≥ 85 cm、女性 ≥ 90 cm または
 - ・腹囲 男性 < 85 cm、女性 < 90 cm
かつ BMI ≥ 25

●追加リストをカウント

- ①血糖 空腹時血糖 100mg/dl以上 または HbA1c 5.2%以上 または薬剤治療を受けている
- ②脂質 中性脂肪 150mg/dl以上 または HDLコレステロール 40 mg/dl未満 または薬剤治療を受けている
- ③血圧 収縮期 130mmHg以上 または 拡張期 85mmHg以上 または薬剤治療を受けている
- ④問診で喫煙歴あり