

受けましたか？

特定健診



ご存知ですか？
40～74歳の男性の2人に1人、
女性の5人に1人は、メタボリック
シンドロームです。

※メタボリックシンドロームは、内臓脂肪型肥満から高血糖、脂質異常、
高血圧が引き起こされる状態です。これが重複すると命にかかわる病
気を招くこともあります。

食べ過ぎや運動不足等の生活習慣の見直しで、予防・改善ができます。



「受けておけばよかった…」では遅いのです！

特定健診は内臓脂肪が原因で、自覚症状がないまま進
行してしまう生活習慣病を早期に発見します。

家族のために、自分のために特定健診を受診しましょう。

40歳から74歳までのすべての方が対象です。

詳しくは加入している医療保険者(健康保険証の発行元)へお問い合わせください。

75歳以上(後期高齢者医療)の方も健康診査を実施しています。

詳しくはお住まいの市区町村へお問い合わせください。

神奈川県保険者協議会

(全国健康保険協会・健康保険組合・共済組合・国民健康保険・後期高齢者医療広域連合・神奈川県医師会・神奈川県)

特定健診お徳情報!

特定健診を受ければ、こんなにラッキー!

その1
病気の予防ができてラッキー!

毎年受けることで、生活習慣病の予防、早期発見ができます。(通院中の方も受けられます。)
今までの健診で、すでに糖尿病だった方や収縮期血圧が 200mmHg を超えていた方も見つかっています。

その2
保健指導で生活改善の方法が聞けてラッキー!

健康づくりのプロから、一人一人に合わせたアドバイスが受けられます。
保健指導により、今まで**約3割**の人がメタボから脱出しています。(※厚生労働省調べ)

その3
医療費が安くすんでラッキー!

健診で早期に生活習慣病を発見すると医療費が安くなります。たとえば、糖尿病の場合の年間医療費は…

検査のみ(3カ月に1回)	6万円
内服治療になった場合	12万円
インスリン注射になった場合	21万円



特定健診でわかること

	検査項目	結果からわかること
肥満度	腹囲・身長・体重(BMI)	内臓脂肪型肥満など
糖尿病	空腹時血糖・HbA1c・尿検査	糖尿病・糖尿病予備群であるか
高血圧	収縮期血圧・拡張期血圧	高血圧であるか (数値が高いと動脈硬化を促進します)
脂質異常症	中性脂肪・HDL コレステロール・LDL コレステロール	動脈硬化のリスク
肝機能	AST(GOT)・ALT(GPT)・ γ -GT(γ -GPT)	脂肪肝・肝炎など肝臓の傷み具合

☆健診結果が一定基準を超えたら、特定保健指導をぜひ受けましょう!!

まわりに健診行っていない人がいたら、
どんどん勧めてね!

