

知っておきたい
国保のPoint

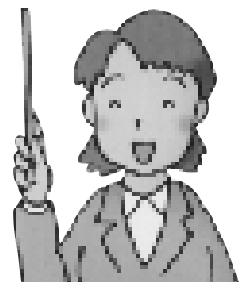
特定健康診査・ 特定保健指導

特定健康診査・特定保健指導の目的は、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)になる危険性のある方を早期に発見し、生活習慣病の発症を防ぐことです。



なぜ、特定健康診査・
特定保健指導を
受ける必要があるの？

生活習慣病を未然に防ぎ、
健康な生活を維持するためには、
年ごとの自分の健康状態を
見直すことが大切だからです。

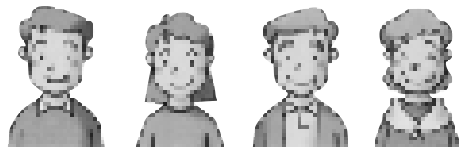


特定健康診査

誰が特定健診を受けられるの？

特定健康診査の対象となるのは、国保(国民健康保険)に加入している**40歳~74歳**のすべての人です。

対象者には特定健康診査のお知らせと受診券が届きます。



どんな検査をするの？

特定健康診査では右のような検査項目が設けられています。
健診を受けたすべての人に健診結果の通知と情報提供が行われます。

※特定健康診査を実施するのは、医療保険者(国保)です



問診	→	喫煙歴・服薬歴
身体計測	→	身長・体重・BMI
血圧測定	→	収縮期血圧・拡張期血圧
採血	→	空腹時血糖またはHbA1c 中性脂肪 HDLコレステロール LDLコレステロール AST・ALT・γ-GT
尿検査	→	尿糖・尿たんぱく
腹囲測定		

は特定保健指導対象者選定のための項目

特定保健指導

特定健診の結果から、メタボリックシンドロームになる危険性(リスク)の高い人に対して、医師・保健師・管理栄養士などから、**生活習慣改善のための保健指導**が行われます。
対象者には特定保健指導のお知らせと利用券が届きます。



リスクが出てきた人 動機づけ支援

生活習慣改善のための自主的な取り組みを行うことができるよう、面接によって専門家の支援のもと行動計画をつくり、6か月後に改善状況を確認します。

リスクが高い人 積極的支援

生活習慣改善のための自主的な取り組みを行うことができるよう、面接によって専門家と行動計画をつくり、3か月以上継続して支援を受け、6か月後に改善状況を確認します。



受診をしないと…

特定健康診査・特定保健指導の実施には目標が設けられており、目標の達成度合いによって医療保険者の負担する、後期高齢者支援金の額が加算減算されます。

そのため、特定健康診査の受診者が少ないと、**保険税が上がる可能性があります。**