

大切なあなたを守る特定健診

特定健康診査・特定保健指導のお知らせ

幸手市国民健康保険にご加入のみなさんへ

この機会に、ご自身の健康に目を向けてみてはいかがでしょうか。



(6)

◆ 対象となる人 ◆

平成24年4月1日から幸手市国民健康保険に加入している人で、平成25年3月31日に40歳～74歳に達している人(平成24年度中に75歳になる人は、誕生日の前日まで)

※国保以外の医療保険に加入している人は、加入する医療保険者(サラリーマンの人やその家族の人は勤務先の保険組合、公務員の人やその家族の人は共済組合など)が契約した医療機関で検診を受けることとなります。詳しくは、勤務先にお問い合わせください。

※後期高齢者医療加入者(75歳以上の人)の健診は、5月号の広報紙でお知らせします。

◆ 健診費用 ◆

多くの人に特定健診を受診していただき、生活習慣病の早期発見と予防を行うため、特定健康診査の健診費用が、平成24年度から無料となりました。(同時に受診できる検診については有料。)

◆ 特定健康診査の流れ ◆

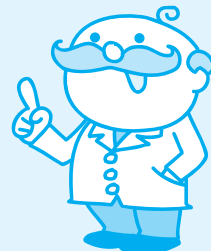
加入者の年齢などにより、健診の方法などが異なります。

年齢	40歳～64歳	65歳～74歳	
健診方法	集団健診	個別健診	集団健診
実施場所	ウェルス幸手(保健福祉総合センター)ほか 個別通知をご覧ください	市と契約する医療機関	ウェルス幸手(保健福祉総合センター)ほか 個別通知をご覧ください
実施期間	つぎのいずれかの時期(土曜・日曜日を含む) ○6月21日(木)・23日(土)・25日(月) 午前7時30分～11時 ○6月22日(金)・24日(日)・26日(火) 午前7時30分～11時 午後1時30分～2時30分 ○9月30日(日)～10月3日(水) 午前7時30分～11時	6月～12月	つぎのいずれかの時期 ○7月3日(火)～7月8日(日) ○9月26日(水)～9月29日(土) 午前8時～11時 午後1時30分～2時30分
健診方法	①特定健診の案内を郵送(5月下旬) ↓ ②健康増進課に予約をする(予約開始日は、案内をご覧ください) ↓ ③健診会場で健診を受ける	①特定健診の案内を郵送(6月上旬) ↓ ②市と契約する医療機関(案内に同封)に予約をする ↓ ③医療機関で健診を受ける	①特定健診の案内を郵送(6月上旬) ↓ ②健康増進課に予約をする(予約開始日は、案内をご覧ください) ↓ ③健診会場で健診を受ける
費用	無 料		
結果通知	・健診の約1か月後に健診会場で結果説明会を実施します。(予約制) なお、特定保健指導の対象となる人は、この結果説明会から保健指導が開始されます。	・受診した医療機関から結果の説明があります。 特定保健指導が必要な人には、後日市から通知があります。	・健診の約1か月後に健診会場で結果説明会を実施します。(予約制) なお、特定保健指導の対象となる人は、この結果説明会から保健指導が開始されます。
同時に受診できる検診	・胃がん検診(午前中のみ実施) ・大腸がん検診 ・肺がん検診 ・肝炎ウイルス検査(肝炎ウイルス検査は40歳のみ) ・前立腺がん検診(50歳以上の男性) ※検診費用などは、個別通知でお知らせします。	なし	・胃がん検診(午前中のみ実施) ・大腸がん検診 ・肺がん検診 ・前立腺がん検診(男性のみ) ※検診費用などは、個別通知でお知らせします。

※個別健診の場合、医療機関の都合により、予約できない場合もあります。

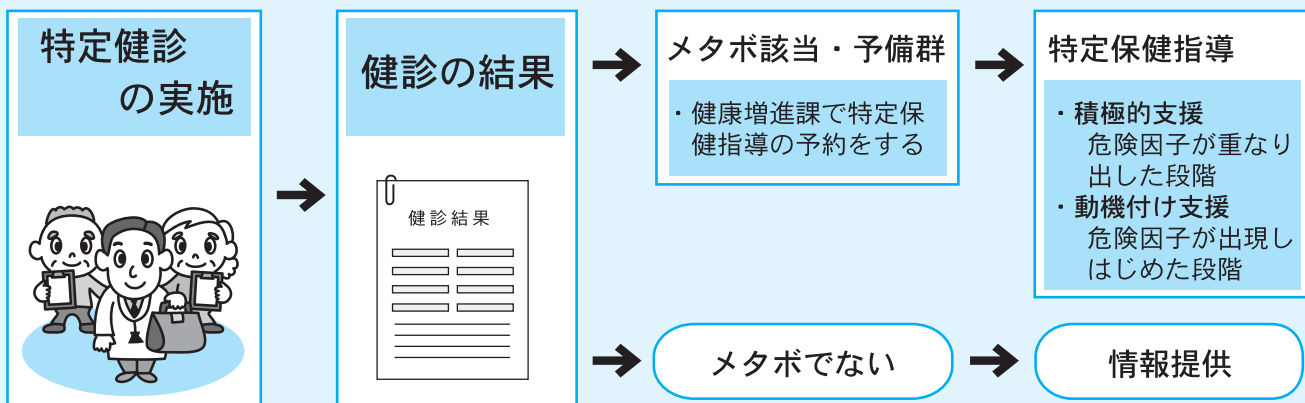
◆ 特定健診の内容 ◆

- ・問診(服薬歴・喫煙歴・生活習慣など)
- ・身体計測(身長・体重・BMI・腹囲)
- ・理学的検査(身体診察)
- ・血圧測定
- ・血液検査(中性脂肪・HDLコレステロール・LDLコレステロール)
- ・肝機能検査(AST(GOT)・ALT(GPT)・ γ -GT(γ -GTP))
- ・血糖検査(HbA1c)
- ・尿検査(尿糖・尿蛋白)
- ・腎機能検査(クレアチニン)
- ・痛風検査(尿酸)
- ・貧血検査(ヘマトクリット値・血色素量・赤血球数)
- ・心電図検査
- ・眼底検査 ※医師が実施の可否を判断します。



◆ 特定保健指導の流れ ～無料で受けられます～ ◆

特定健診の受診結果により、特定保健指導の対象と判定された人は、メタボの予防・改善のため、市の保健師や栄養士が特定保健指導を行います。



○特定保健指導は、無料で受けることができます。また、積極的支援の人は3か月後に生活習慣の改善効果を見るための再検査(無料)を受けることができます。

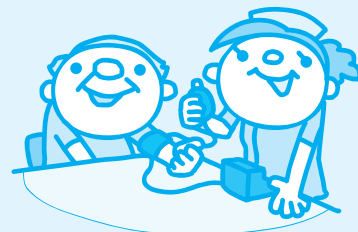
◆ メタボの判定基準 ◆

つぎの表にあてはまる人が、メタボリックシンドロームです。

◎腹 囲	男性	85 cm以上
	女性	90 cm以上

※腹囲の基準に加え、以下の2項目以上に該当する場合はメタボ該当、1項目に該当する場合は予備群になります。

○血 圧	収 縮 期 130mmHg以上または拡張期85mmHg以上
○脂 質	中性脂肪 150mg/dl以上またはHDLコレステロール40mg/dl未満
○血 糖	HbA1c 5.5%以上



問合せ ◆特定健診の制度に関することは保険年金課☎(43)1111 内線143・FAX(43)1125
 ◆特定健診の健診内容に関すること(各種がん検診を含む)
 特定保健指導に関することは健康増進課☎(42)8421・FAX(42)2130