



マンガ
けんしん
シリーズ①

今回のテーマ

健診は毎年のワンチャンス

自分の健康は自分で守る。健診はその基本です。「健診は受けるのがあたりまえ」と心得ましょう。

1

健診のご案内だって～
べつに受けなくてもいいわよね?

40代女性
健診ナナ子

POST

いいんじゃない
元気そうだし

40代男性
健診トバ志

2

SCAN

元気が取り柄! 確かに～

DATA 未受診 3年目! DATA 未受診 2年目!

わんぱくドッグ

3

健診を甘く
みるんじゃない!

うわっ!
なに?!
ロボット?

ガサッ!

4

ワタシは
ケンシンドッグ あらゆる健診を
熟知している

少し未来から
来た…

KENSHIN DOG

5

PROJECTOR MODE

高血圧症

- 最高血圧(収縮期)…130mmHg未満
- 最低血圧(拡張期)…85mmHg未満

脂質異常症

- 空腹時中性脂肪…150mg/dl未満
- or 随時中性脂肪…175mg/dl未満
- HDLコレステロール…40mg/dl以上
- LDLコレステロール…120mg/dl未満

肝機能障害

- AST(GOT)…30U/l以下
- ALT(GPT)…30U/l以下
- γ-GT(γ-GTP)…50U/l以下

糖尿病

- 尿糖(一)
- 空腹時血糖…100mg/dl未満
- or ヘモグロビンA1c(NGSP値)…5.6%未満

腎臓病

- 尿たんぱく(一)

※特定健診の項目の一部を記載しています。
※数値は基準値(参考値)です。受診された健診機関によって異なる場合があります。

健診でわかることは
たくさんあるぞ

しかも!
協会けんぽの補助で
おトクに受けられる

6

でも私、
健康だし～

なにかあったら
病院行けば
いいっしょ

7

SIMULATE

SIMULATION 30年後予想 心筋梗塞

SIMULATION 30年後予想 人工透析

え? だめ?

8

ガルルル～!

ワタシには見える!
このまま健診を受けずにいると
君たちの未来は危ない!

えっ、
見えるの!?

それに、健診には
病気を見つける以外にも
大切な役割があるのだ

9

まあ、
そんなに
怒らないで
さあ～

教えてよ～

健診の 役割を 知ろう

受けた後も大切に!

健診を受けた後にもう健診結果は、あなただけの貴重なデータ。
これを活用すれば、将来的な健康を守ることができます。

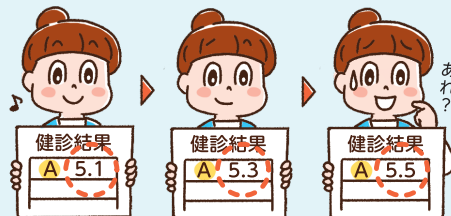


役割 ①



見比べて気づく (経年変化をチェック)

基準値内か基準値外かを見るだけではいけません。
少しずつでも年々悪化している項目がないかを毎年
確認してください。



毎年受けないと
比較できないぞ



役割 ②



発症させない (予防・改善)

「血压」や「脂質」「血糖」といった項目は、生活習慣を
見直すなどの対策で改善が期待できます。



役割 ③



発見して早期治療

万一、病気が見つかったら、
早急に適切な治療を受けよう。
早くに手を打てば心身の負担も
お財布の負担も軽くすむぞ。



お役立ち
アイテム!

健康サポート (特定保健指導)

生活習慣を改善するに
あたって、40～74歳で
対象となった方は、健康
管理のプロのサポート
が受けられます。

「指導」とはいても、実際にはやさしいアドバイ
スです。一人で頑張るより、ずっとラクに改善
できるはず!



TOPICS

健診で “ひっかかる”割合 55.0%

令和4年データ(厚生労働省 愛知労働局 プレスリリースより作成)

厚生労働省のデータによると、定期健診を受けた人の
おおむね5割以上がなんらかの検査項目で有所見に
なるとされています。(愛知労働局管内)
自分では健康だと思っても、実際には調べてみない
とわからないということです。

おトクな健診を受けてみよう! ￥

生活習慣病予防健診

対象者 35歳～74歳の被保険者

総額約19,000円が / 自己負担

協会けんぽから
1万円以上の費用補助で **最高 5,282円**

事業者(定期)健診の費用は
愛知県平均8,000円(健診機関によって異なります)

▶お申込みは健診機関へご連絡ください!

特定健診

対象者 40歳～74歳の被扶養者

総額約7,000円が / 自己負担

協会けんぽからの **無料** または **500円**
費用補助で

[愛知県内] (健診機関・受診方法によって自己負担額が変わります)

▶お申込みは「受診券(セット券)」と「健康保険証」を
用意して健診機関へご連絡ください!

