

年に1度は 特定 健診 を受けよう!

ご自身の
健康状態を
確認しましょう!

特定健診とはメタボリックシンドロームに着目した「健診」によって
高血圧や脂質異常症、糖尿病などの「生活習慣病」のリスクを早期に発見するものです。

Q1 どんな人が対象なの?

対象となるのは **40歳以上75歳未満の方** です。「特定健診・特定保健指導」は
職場や地域で毎年実施されているので、対象となる方は必ず受けるようにしましょう。

Q2 どんな検査をするの?

検査項目と検査内容は下記の通りです。

ご自身・
ご家族のためにも、
早めの受診が大切です

質問票		服薬歴や喫煙歴などに関する情報を伺います
診察等		視診、触診、聴打診の他にも自覚症状の有無を確認します
身体測定		身長、体重、腹囲を測ります
血圧測定		血圧を測ります
肝機能検査		肝機能等の状態を調べます
脂質検査		中性脂肪や善玉・悪玉コレステロールを測定します
血糖検査		空腹時血糖またはHbA1c、随時血糖を測定します
尿検査		尿中の糖や蛋白の有無を調べます

詳細は裏面のQRコードからご確認ください。

健診に関する情報一覧

協会けんぽ北海道支部

■ 健診の3つの「もったいない」をなくそう！



■ 特定健診のご案内/ご家族(被扶養者)さま



札幌市国保健康推進担当課

■ 札幌市国民健康保険とくとく健診



■ 健康診査パンフレット



■ 札幌市 後期高齢者健診



■ カナモトホール健診



■ 札幌市のとくとく健診特設ページ



■ 札幌市 特定保健指導



札幌市保健福祉局ウェルネス推進部

■ 札幌市がん検診



■ 札幌市 たばこ対策



■ 札幌市 食育情報



■ 「ウェルネス何する？」
さっぽろウェルネスプロジェクト



■ 札幌市成人歯科健診・
札幌市後期高齢者歯科健診



■ 歩こうプラス10分



北海道国保医療課

■ 国保薬局受診勧奨事業
ホームページ



■ 【動画】薬局に相談だ！



■ 【動画】特定健診って何やるの？



北海道地域保健課

■ 慢性腎臓病予防対策について



北海道労働保健管理協会

■ ホームページ

