



## 特定健康診査 [40歳以上の被扶養者(ご家族)の皆さまが対象]

# 年に1回、忘れずに！

### 特定健康診査(特定健診)は大切です！

特定健診はメタボリックシンドローム(P.21参照)に着目した健診であるため、「メタボ健診」と言われることがありますが、メタボリックシンドロームがわかるだけではありません。肥満を伴わない高血圧・糖尿病・脂質異常症や、腎臓・肝臓の検査項目も含まれている健診です。健診を受けることで、**自分自身の生活習慣を見直し、改善に取り組むきっかけとなります。**また、早期に病気を発見し、早期治療につなげることができます。



### 特定健診とは？

特定健診とは、日本人の死亡原因の約6割を占める糖尿病や脂質異常症などの生活習慣病の予防を目的に、被扶養者(ご家族)に受けていただく健診です。年度内にお一人様につき1回、健診費用の多くを補助しています。

※受診時に被扶養者であることが必要です。 ※当年度で75歳を迎える方は、誕生日の前日までに受診を終えていただく必要があります。



### 特定健診で何を調べるの？(基本的な健診)

| 項目     | 検査の内容                                                                     |
|--------|---------------------------------------------------------------------------|
| 身体計測   | 身長・体重・腹囲を測ります                                                             |
| 血圧測定   | 血圧を測り、循環器系の状態を調べます                                                        |
| 血中脂質検査 | 中性脂肪や善玉・悪玉コレステロールを測定し、動脈硬化や脂質異常等を調べます                                     |
| 肝機能検査  | 肝細胞の酵素を測定し、肝機能等の状態を調べます                                                   |
| 血糖検査   | 空腹時血糖またはHbA1c、随時血糖を測定し、糖尿病等を調べます<br>(随時血糖を測定する場合は、食事開始後 3.5 時間以上経過していること) |
| 尿検査    | 腎臓、尿路の状態や糖尿病等を調べます                                                        |



### どんな健診を受けられるの？

| 健診の種類  | 検査の内容                                         | 対象者                         | 協会けんぽ 補助額         |
|--------|-----------------------------------------------|-----------------------------|-------------------|
| 基本的な健診 | 診察等、問診、身体計測、血圧測定、血中脂質検査※、肝機能検査※、血糖検査※、尿検査     | 40歳～74歳<br>(75歳の誕生日の前日まで)の方 | 最高 <b>7,150</b> 円 |
| 詳細な健診  | 心電図検査、眼底検査、貧血検査※、血清クレアチニン検査※(eGFRによる腎機能の評価含む) | 健診結果等に基づいて医師の判断により実施される方    | 最高 <b>3,400</b> 円 |

※採血による検査です。

●協会けんぽが補助する金額 例) 基本的な健診費用が8,000円の場合(健診費用は、受診する健診機関により異なります)

基本的な健診費用 ▶ **8,000** 円

自己負担額 ▶ **850** 円

協会けんぽ補助額 ▶ **7,150** 円

Check

### がん検診を受けるには？

がん検診は、健康増進法等に基づいて市区町村が実施しています。お住まいの市区町村のホームページや広報誌等でご確認ください。

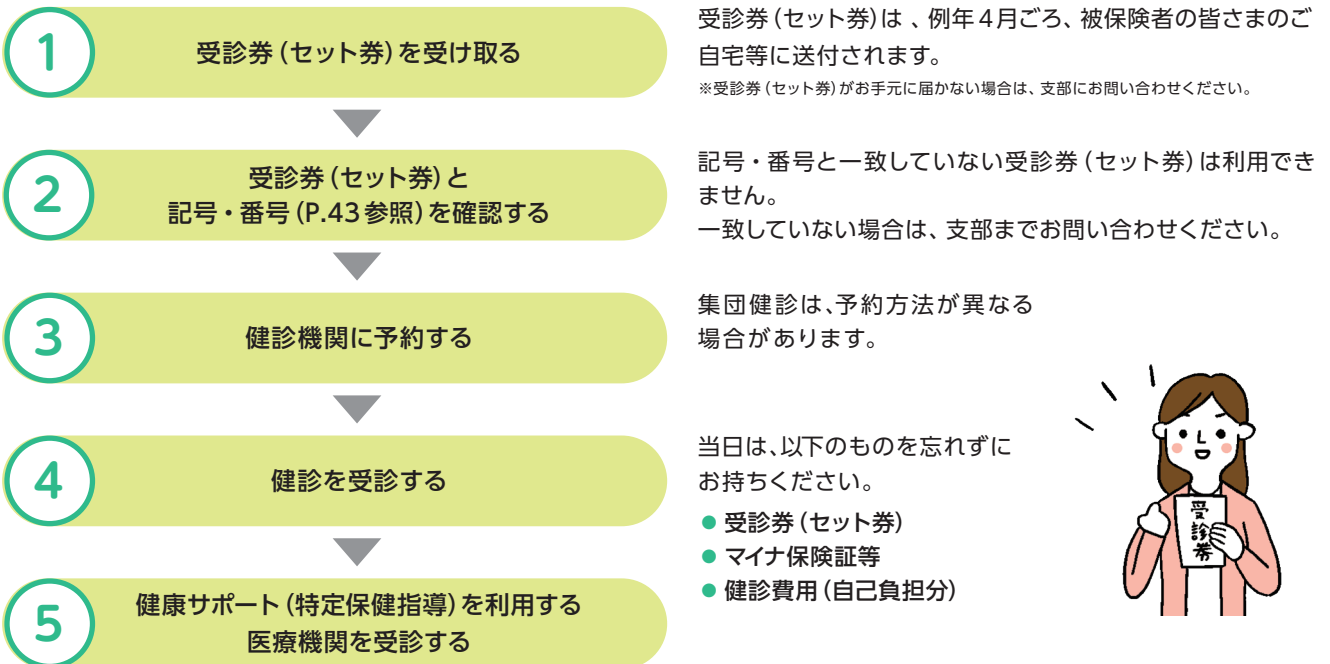


## どこで健診を受けられるの？

- 全国の健診機関（約50,000機関）で受診することができます。
- 自宅や職場の近くで受診することができます。
- ショッピングセンターや公民館等で集団健診を実施している場合もあります。
- 受診できる全国の健診機関の情報は、協会けんぽのホームページでご確認いただくか、支部までお問い合わせください。



## 健診受診までの流れは？

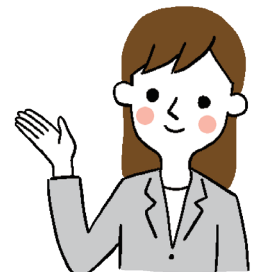


就職等により被扶養者資格を喪失した後に協会けんぽの健診を受診された場合は、後日、協会けんぽが補助を行った健診費用をお返しいただくことになりますので、ご注意ください。

健診を受けた結果、「メタボリックシンドローム」のリスクのある方には、健康サポート(特定保健指導)を利用して、生活習慣の改善に取り組んでいただきます。(P.31参照)

健診結果において医療機関への受診が必要と判定された場合は、早期に受診することをお勧めいたします。(P.34参照)

命に関わる重大な病気から、ご自身の命を守り、日常を大切に過ごすため、今すぐ医療機関に受診しましょう。



Check

## 事業主の皆さまへのお願い

従業員の皆さまが元気に働くことができるのも、ご家族の皆さまの支えがあってこそです。  
従業員の皆さまが安心して働き続けるために、従業員のご家族の皆さまにも健診を受診いただけるよう積極的な働きかけをお願いいたします。