

年に1回は健康チェック! 特定健診に行こう!

生活習慣病は、
発症するまでにほとんど
自覚症状がありません。
だからこそ、病気が
発症する前に要因を
発見する特定健診が
重要です。



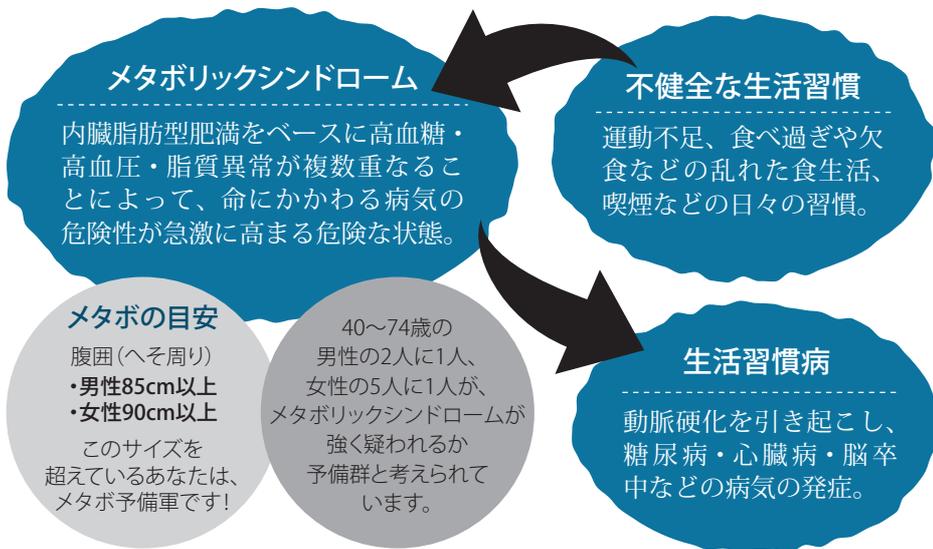
須崎市健康づくり推進協議会

忘れないでね。
年に一度は特定健診・がん検診

特定健診は なぜ必要なの?

日本人の生活習慣の変化
などにより、近年、糖尿病
などの生活習慣病の有病
者・予備群が増加していま
す。それらを原因とする死
亡は、全体の約3分の1に
も上ると推計されていま
す。須崎市国民健康保険(国
保)加入者の主要疾病を疾
病分類統計表(平成25年)
でみると、高血圧性疾患や
糖尿病、歯肉炎・歯周疾患
が上位を占めています。生
活習慣病は、日ごろの食生
活や運動を見直すことで、
予防ができる病気です。そ
こで、平成20年度から生活
習慣病の予防に着目した
「特定健診」がスタートし
ました。

＝メタボリックシンドロームと生活習慣病の関係＝



特定健診とは?

メタボリックシンドローム(通称メタボ。内臓のまわりに脂肪が必要以上につき、高血糖や脂質異常、高血圧のリスクが重なった状態)に着目した検査を中心とした健康診断のことです。

特定健診の検査項目・内容

- ◇身体測定(身長・体重・腹囲)
- ◇血圧測定 ◇尿検査(蛋白・糖)
- ◇血液検査(脂質・肝機能・腎機能・糖)
- ◇問診 ◇診察 ◇保健指導
- ◇歯科保健指導(口腔内チェック)

特定健診の対象者

4月末現在で国保に加入をしている40～74歳の人へ、5月下旬に受診券を送付しました。

受診券は、健診を受けるための大切な用紙です。使用するまで大切に保管しましょう。

有効期間は平成27年3月31日までです。



水色の封筒で
紫色の受診券を送付しました。

75歳以上の入

生活習慣病を治療中の人を除き、後期高齢者健診(特定健診に準じた内容)を受けることができます。対象者には受診券を送付しています。

30～39歳の人

特定健診に準じた内容で、須崎市の健康診査を受けることができます。

国保加入者以外の人

特定健診は、各医療保険者に義務づけられています。受診を希望される人は、加入している医療保険者に問い合わせください。