

40歳～74歳の
すべての人が
対象です

新しい健診制度がはじまります 特定健診・特定保健指導

平成20年4月から健診の受け方が変わります。

健診対象者は、それぞれ加入している医療保険者が指定する健診機関で受診することになります。
市が実施している総合健診は平成19年度で終了します。

脱メタボを目指す 新しい健診制度です

4月から、新しい健診制度である「特定健康診査(特定健診)・特定保健指導」がはじまります。この制度は、生活習慣病の原因となるメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を早期に発見し、改善してもらうためのものです。40歳から74歳までのすべての人を対象とします。

実施主体が市区町村から 医療保険者になります

特定健診と特定保健指導は、医療保険者(市町村国民健康保険・政府管掌健康保険・健康保険組合・共済組合など)が実施する義務を負うこととなります。健診対象者は、それぞれ加入している医療保険者が指定する健診機関で受診することになります。被保険者だけでなく、被扶養者(主婦な

どの家族)も受診の対象となります。今後は、医療保険者からの通知で、健診を受けていただくことになります。

国民健康保険に加入している人は、田川市の健診を受診することになりますので、広報たがわでお知らせします。
※あなたの保険証で医療保険者をご確認ください。

メタボ該当者・予備群を 対象とした保健指導が 受けられます

健診結果によって、保健指導のレベルが3段階に分かれ、メタボリックシンドロームの該当者・予備群に判定された人は、保健師・管理栄養士などのスタッフから保健指導が受けられます。面接による相談のほか、電話やEメール、FAXなどで指導を受けながら、生活習慣の改善に取り組むことができます。

Q.1 特定健診はどんな 受けられるのですか？

田川市の国民健康保険に加入している人は、田川市の健診を受けることとなります。広報たがわ3月1日号でお知らせします。

社会保険や共済組合の加入者とその家族(被扶養者)は、各医療保険者が指定する健診機関で受診することになります。それぞれの医療保険者に問い合わせください。

Q.2 がん検診は どうなりますか？

どの保険に加入しているかに関係なく、今までどおり田川市で行うがん検診を受けることができます。広報たがわ3月1日号でお知らせします。

Q.3 今まで健診を 受けたことが ないのですが？

これからは必ず受けるようになります。生活習慣病は突然発病するわけではなく、自覚症状がないうちに、静かに進行していきます。健診により、その予兆を知ることが可能です。あなたの健康を守るため、1年に1回は健診を受けるようにしましょう。

特定健診・特定保健指導を受けて メタボを「発見」「判定」「予防・解消」

特定健診の流れ

1. 特定健診を受ける(発見)

健診は、腹囲の計測などメタボリックシンドローム該当者・予備群の発見に重点を置いて行われます。

●<基本的な検査項目>すべての対象者が受診

○質問票○身体測定(身長・体重・腹囲)○血圧測定○医師診察○尿検査○血液検査

●<詳細な検査項目>医師の判断で選択的に受診

○心電図検査○眼底検査○貧血検査

2. 結果通知・情報提供(判定)

受診者は、健診結果に応じてグループに分けられ、保健指導のレベルが設定されます。健診の結果通知と情報提供(体の状態に応じた生活習慣病予防のための基礎知識など)が行われます。

●保健指導のレベル(3段階)

①非該当者

②メタボリックシンドローム予備群

③メタボリックシンドローム該当者

→ 下記支援が受けられます。

3. 特定保健指導を受ける(予防・解消)

メタボリックシンドローム該当者・予備群の人を対象に、保健師、管理栄養士などのスタッフが、個人の健康状態やライフスタイルに合わせた保健指導を行います。

●動機づけ支援 メタボ予備群を対象とした予防のための支援です。

生活習慣改善の目標設定のため、個別面接やグループ面接により専門スタッフから指導が受けられます。

●積極的支援 メタボ該当者を対象とした解消のための支援です。

3～6カ月間、専門スタッフから電話やEメール、FAX、面接などで指導を受けながら、生活習慣改善のためのサポートが受けられます。

そのおなか メタボでは？

動脈硬化
脂質異常症
脳卒中
糖尿病
心臓病
高血圧

メタボリックシンドローム (内臓脂肪症候群)とは

内臓脂肪の蓄積による肥満に加え、高血糖、高血圧、脂質異常のうち、2つ以上の危険因子を持つ状態をいいます。