

平成20年4月から 特定健診・保健指導がはじまります!!

平成20年4月から「高齢者の医療の確保に関する法律」により、生活習慣病予防の徹底のために、メタボリックシンドロームに着目した健診である特定健診・保健指導を行うことになりました。

40～74歳の方は、年に1回、加入している医療保険者が行う特定健診・保健指導を受けることになります。

現在の健診は、住民健診や職場健診などさまざまで、それぞれの健診の裏づけとなる法律もさまざまです。そのため、サラリーマンのご家族の方は、加入している医療保険者が行う健診を受ける方もいれば、住民健診を受ける方もいます。しかし!! 平成20年4月からは、医療保険者の責任で40～74歳の方の健診・保健指導が義務付けられました。そのため、加入している医療保険者が指定する健診で受診することになります。

詳しくは、ご加入の各医療保険者にご相談ください!!

※医療保険者・・・

- 国保(自営業・農業など)
- 組合保険
- 共済組合
- 政府管掌健康保険

メタボリックシンドロームに着目した健診になります

メタボリックシンドロームのもととなる内臓脂肪型肥満のある人は、脂質異常症や高血圧、糖尿病などの生活習慣病になりやすいことがわかっています。

内臓脂肪肥満をみつけるために、検査項目に腹囲(おへそ周り)測定、LDL(悪玉)コレステロール検査が加わります。

メタボリックシンドロームとは?

内臓脂肪型肥満

腹囲 男性85cm以上 女性90cm以上

右記に加え、次のうちの項目以上が該当

◇高血糖

空腹時血糖 100mg/dl以上

◇脂質異常

中性脂肪 150mg/dl以上かつまたはHDLコレステロール 40mg/dl未満

◇高血圧

収縮期血圧 130mmHg以上かつまたは拡張血圧 85mmHg以上



一人一人の健康状態に応じたサポート(保健指導)が受けられます

健診を受けることは、今自分がどういう状態にあるのかを知り、自分の生活習慣を見直すよい機会となります。

保健指導は現在の生活を知って、無理なくできる『健康づくり』の方法を、医師・保健師・栄養士等と一緒に考え実践していく場となります。



健診・保健指導はあなたの健康と生活を守るための第一歩です!
特定健診・特定保健指導を活用し、健康づくりに役立てましょう!

問合せ先

国民健康保険課 事業係
☎973-3202

健診を受けないと保険税が高くなる?

目標値の設定

- ①特定健診の受診率 (健診を受ける人の増加)
- ②健診後の特定保健指導の実施率 (個人に応じた保健指導)
- ③メタボリックシンドロームの該当者・予備群の減少

目標達成率に応じて、75歳以上の方の医療制度(後期高齢者医療制度)への支援金が加算減算される。

つまり、健診を受ける人が少ないと、ご本人の健康を害するおそれが高まるだけでなく、将来的にうるま市の保険税が高くなる可能性があります!