

# 特定健康診査・特定保健指導について

## ◎特定健康診査について

特定健康診査は、当健診センターと契約をされた健康保険組合に所属する方へ実施しています。対象の方には、人間ドックの結果報告書と別に、特定健康診査の結果報告書をお渡しいたします。

## ◎特定保健指導について

特定健康診査を受診した方で、以下に該当する方には特定保健指導を実施いたします。

《特定保健指導の選定基準》

厚生労働省より

腹囲	追加リスク			④喫煙	対象	
	①血糖	②脂質	③血圧		40-64歳	65-74歳
≧85cm (男性) ≧90cm (女性)	2つ以上該当			/	積極的支援	動機付け支援
	1つ該当			あり なし		
上記以外で BMI ≧25	3つ該当			/	積極的支援	動機付け支援
	2つ該当			あり なし		
	1つ該当			/		

\* 血糖・脂質・血圧の服薬中の方は、特定保健指導の対象とはしない

\* 支援内容・年齢については、健康保険組合によって変更の場合あり

メタボリックシンドロームは心筋梗塞や脳梗塞などの重大な病気を引き起こすことがわかっています。これらの病気は、生命を脅かすだけではなく、その後の人生の『生活の質』に大きな影響を及ぼします。また、2016年では医療費の約45%が生活習慣病に使われています。この特定保健指導はメタボリックシンドロームを改善して心臓病などの重大な病気を予防し、健康で楽しい人生を送るため、また、増大する医療費を適正化するために実施しています。

2008年度～2013年度に特定保健指導に参加された方は、特定保健指導終了後の5年間にわたり、特定健康診査の検査値について改善効果が確認されました。また、積極的支援に参加された方は不参加の方と比較すると、1人当たり入院外医療費についても減額となっています（厚生労働省 特定保健指導の効果分析、質問票（2600万人）の分析結果）。

当健診センターでは『はらすまダイエット』システムを使用しています。

対象となった方は、ぜひご参加ください。