

国民健康保険特定健康診査 後期高齢者健康診査 実施中

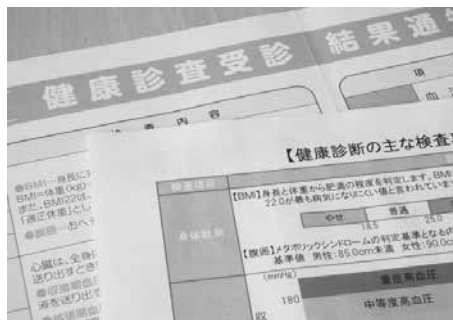
市内の医療機関で受診する「個別健診」と、決められた日時に各保健センターや公民館などで受診する「集団健診」があります。いずれか一方で受診してください。結果通知については、個別健診は医療機関から、集団健診は市からお知らせします。

☆健診時に持参するもの

- ①ご自身の保険証
- ②特定健康診査(または後期高齢者健康診査)受診票・受診券
- ③採尿した尿容器(集団健診のみ)

☆注意事項

①朝食は食わずに受診してください。(食後に受診すると血糖値が上がるなど正確なメタボ判定ができません)



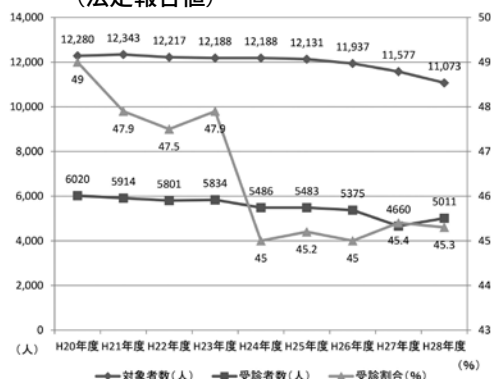
②受診票・受診券裏面の「質問票」は必ず記入してください。(血圧・血糖・コレステロールを下げる薬を服用している人は、必ず「はい」と回答してください)

健診は毎年受けることが大切です!

安中市国保特定健診では、平成25年度より約45%の受診率となっており、半数以上の人が受診しておりません。メタボをはじめとする生活習慣病は、自覚症状がないまま進行し、重症化してまいります。

年に一度は健診を受診し、自分の健康状態を確認しましょう。生活習慣を見直すきっかけとなります。

○安中市国保特定健診受診者等推移(法定報告値)



特定保健指導の対象となったら、必ず受けましょう!

安中市国保に加入している40歳から74歳までの人を対象に、特定保健指導を行っています。

特定健康診査結果や質問票から、生活習慣病発症の可能性が高いことが予測される人に、随時「特定保健指導利用券」をお送りしています。特定保健指導利用券がご自宅に届いた人は必ず特定保健指導を受けましょう。※今年度より、健診当日に特定保健指導の対象と見込まれる人に、特定保健指導を健診時に実施できるようになりました。今まで、「仕事が忙しい」「日時の予定があわない」と利用できずにいた人にも利用しやすくなりました。

特定保健指導は効果があります!

安中市国保でも、保健指導を利用した人の体重が平均で-1・22kg、腹囲が平均で-1・65cmと減少し、効果がみられています。しかし、まだ利用が16%と少ないのが実情です。健診は受けるだけでなく、健診結果をきちんと確認することが大切です。保健指導を利用し、これからの生活改善にぜひ役立ててください。

○安中市国保特定保健指導終了者の推移(法定報告値)

年度	対象者(人)	終了者(人)	終了率(%)
平成26年度	611	103	16.9
平成27年度	591	94	15.9
平成28年度	547	88	16.1



☆特定保健指導とは

特定健康診査の結果から、生活習慣病の発症リスクが高い人に対して、医師・保健師・管理栄養士などが、対象者お一人お一人の状態にあった生活習慣の改善に向けた支援を実施することです。

※特定保健指導の実施方法は、医療保険者によって異なります。ご加入の医療保険者にお問い合わせください。