

40～74歳の皆さん

あなたの健康のために 受けよう！特定健診

特定健康診査では、40～74歳までの方を対象にメタボリックシンドロームに着目した健診を行います。

■ 特定健康診査にはメリットがたくさん！

健康状態をチェック

生活習慣病の早期発見

生活習慣改善のアドバイス

病気が軽いうちに(早期に)治療を受けて

身体・心の負担軽減！

医療費の軽減！

■ よくある誤解

Q 去年受けたから今年は受けなくていいのでは？

A 毎年受けると、**経年変化を知る**ことができ、今の結果が悪化の傾向なのか、改善の傾向なのかを把握できます。

Q どこも悪くないから、健診を受けなくてもいいのでは？

A 生活習慣病は**自覚症状がない**場合が多く、知らぬ間に悪化していき、気づいた時には病状が進行していることも。健診を受けることで、生活習慣病の兆候がないか確認ができ、早期に対応ができます。



■ 特定健康診査を受けるには？

お勤めの方

- ・職場で、定期健康診断等を受けましょう。
- ・保険者から案内のある特定健康診査を受けましょう。

被扶養者の方

- ・保険者から案内のある特定健康診査を受けましょう。
- ※御不明なことがあれば加入保険者へお問い合わせください

市町村国民健康
保険に加入の方

- ・市町村から受診券等送られてきますので、指定された期間に集団健診または個別健診を受けましょう。

通院中の方も特定健診の対象です。

治療の一環として受ける検査と特定健診とは目的が異なります。また、健診結果により、指導対象となった方は、生活習慣の改善に向け、保健師や管理栄養士など専門家によるサポートを受けることができます。

かかりつけ医に相談の上、ぜひ特定健診を受けましょう！