

# 40歳以上の被保険者の方は、年に一度、特定健診を受けましょう

平成20年度から、特定健診と特定保健指導を実施しています。特定健診・特定保健指導の対象となる被保険者の方には、直接ご案内します。

## 1. 対象者

### (1) 特定健診

平成23年4月1日現在、当医師国保組合の被保険者であって、平成23年4月1日から平成24年3月31日までの間に、40歳以上になられる方。ただし、75歳の誕生日を迎えられる方はその前日までに受診してください。

なお、成人病健診（1ページ参照）を受診される場合は、成人病健診をもって特定健診を受診されたこととなります。（成人病健診と特定健診の両方を受診することはできません。）

### (2) 特定保健指導

特定健診の結果、「動機付け支援」または「積極的支援」の対象と判定される方であって、当医師国保組合から特定保健指導実施をご案内する方々。

## 2. 特定健診検査項目

### (1) 基本的な健診の項目（受診者全員に実施）

- ①既往歴の調査（服薬歴および喫煙習慣に係る調査を含む）
- ②身体計測（身長、体重、腹囲）
- ③血圧測定（収縮期血圧、拡張期血圧）
- ④血中脂質検査（中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール）
- ⑤肝機能検査（GOT、GPT、 $\gamma$ -GTP）
- ⑥血糖検査（空腹時血糖、ただし、健診実施前に食事を摂取したこと等により空腹時血糖が測定できない場合は、ヘモグロビンA1c。）
- ⑦尿検査（糖、蛋白）

### (2) 詳細な健診の項目（それぞれ、実施基準に該当し、かつ、医師が必要と認める者だけに実施）

- ①貧血検査（ヘマトクリット値、血色素量および赤血球数）
- ②心電図検査（12誘導心電図）
- ③眼底検査

## 3. 特定保健指導

特定健診の結果、健康の保持に努める必要があるとされた方に対し、生活習慣を振り返り、問題点を認識して生活習慣を改善するための実行可能な目標を立てられるよう支援します。

#### 4. 受診方法

特定健診対象者には「**特定健康診査受診券**」を、特定保健指導を受けていただく方には「**特定保健指導利用券**」を直接該当者にお送りします。年度内に1度限り受診できます。受診できる医療機関は、**大阪府医師会員の医療機関**であって、特定健診実施機関、特定保健指導実施機関として届け出ている医療機関です。受けようとする医療機関がこれに該当するかどうかを直接その医療機関に確認のうえ、予約してください。大阪府医師会のホームページでも確認できます。いずれも無料（自己負担なし）です。

#### 5. その他

被保険者が所属する、特定健診実施機関で当該被保険者およびその家族の特定健診を、特定保健指導実施機関で特定保健指導を実施することができます。ただし、**医師である被保険者が自らに対して特定健診（自己健診）または特定保健指導（自己指導）を実施することはできません。**