

健康な毎日を

いつまでも

平成20年4月から

新しい健診制度が始まります

平成20年4月から、40歳から74歳までの被保険者(本人)と被扶養者(家族)を対象にメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の予防・解消を目的とした「特定健康診査・特定保健指導」が始まります。病気になる前に健康管理に気を配り、生活習慣病を予防・改善しようという新しい「健診」+「保健指導」の制度です。

保険年金課 ☎ 23局 2149

健康課 ☎ 23局 3515

健診を受診していますか？

約75%

会社員



約50%

自営業や専業主婦など



H16国民生活基礎調査：厚生労働省

健診で現状を

現在、国民の医療費の多くを占めるのは、生活習慣病によるものです。この生活習慣病は、発症しても痛みや不調などの自覚症状がないため、知らないうちに進行していることが多いようです。進行すると、動脈硬化の危険性が高まり、がんや心臓病、脳卒中へと移行する可能性が高くなります。この恐ろしい生活習慣



病も、もとをたどれば、過剰な内臓脂肪、つまり日々の食べ過ぎや運動不足の積み重ねから始まっているのです。

早いうちから生活習慣を改善し、さらに予防対策を進めていけば、将来、生活習慣病による通院や入院を軽減することができ、医療費の適正化につながります。皆さん、健診をしっかり受けて、生活習慣の改善に取り組んでいきましょう。

特定健康診査・特定保健指導

「特定健康診査」は、生活習慣病の引き金となっているメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の予防・改善を目的としたものです。

健診を受けた方には、メタボリックシンドロームの予防・改善に役立つ情報提供や健康教室への参加、アドバイスなどの支援を行います。これを、「特定保健指導」といいます。