

特定健診・特定保健指導

40歳～74歳
のみなさま

平成20年4月から
新しい健康診断・保健指導が
スタートします！

ご家族の方は、各市町村が行う健診にかわり、
ご加入の医療保険者が行う健診を受けることになります。

厚生労働省の調査によると、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の状態または予備群の人が多くことが明らかになっています。そこで、命に関わる心臓病や脳卒中を発症する危険のあるメタボリックシンドロームに着目した健診と保健指導が、医療保険加入者（家族を含む）を対象に実施されることになりました。

40歳～74歳の方は、加入している医療保険者が 行う健診・保健指導を受けることになります。

平成20年4月からは、医療保険者の責任で
40歳～74歳の方（本人と家族）の健診・
保健指導を行うことが義務付けられました。

ポイント

対象者

40歳～74歳の
医療保険加入者

実施主体

医療保険者

メタボリックシンドロームを見つける新たな検査 項目が加わります。

メタボリックシンドロームは生活習慣病に
つながる可能性が高いため、その該当者・
予備群を見つけるための検査が加わりました。

ポイント

新しく加わった
検査項目

これらはメタボリックシンドロームや心血管疾患の危険因子を判定するの
に効果的な項目です。

腹囲測定

LDL コレステロール

（悪玉コレステロール）検査

専門家から健康状態に応じた保健指導が受けられ ます。

生活習慣改善のためのサポートを、専門家
（医師・保健師・管理栄養士等）から受け
られます。

ポイント

健康な人も含め全ての人に 情報提供...問診や健診結果を基にした生活習慣の見直しや生活習慣改善に必要な情報提供

メタボ予備群という人に 動機づけ支援...健診結果から今の生活習慣を振り返り、生活習慣改善の必要性を理解した上で、専門家のサポートを受けながらすぐに実行できる目標を立てます。

メタボに該当という人に 積極的支援...初回面接で内臓脂肪減量のための行動目標を立て、一定期間、専門家のサポートを受けながら健康づくりを継続していきます。