

# 特定健康診査・特定保健指導について

地方職員共済組合は、組合員と被扶養者を対象に、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した「特定健康診査」と、生活習慣病の予防のための「特定保健指導」を行います。

なお、特定健康診査以外のがん検診等については、各市区町村で実施する健診で受診願います。（自己負担）

## 対象者

40歳（年度内に到達する方）～75歳未満の地方職員共済組合宮城県支部の組合員と被扶養者の方が対象となります。

このうち組合員については、定期健康診断を受診した際に、特定健康診査の検査項目を受診したことになります。

被扶養者の特定健康診査の受診方法は下記のとおりです。

- ① 居住地の市区町村の住民健診に「特定健康診査受診券」を持参し受診する。
- ② 地方職員共済組合と契約した健診機関に予約の上、受診する。
- ③ 地方職員共済組合と業務委託契約を締結した業者の巡回健診を受診する。

※ 被扶養者の方がパート勤務等をし、勤務先の事業主健診を受診した場合、下記「特定健康診査の検査項目」の検査結果が記載された個人結果票の写しを提出願います。（提出いただいた方には協力いただいたお礼としてQ.U.Oカード（500円）を差し上げます。）

## 特定健康診査について

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）とは、内臓脂肪の蓄積により脂質異常症（高脂血症）、高血圧、高血糖などが重複した状態のことです。自覚症状はほとんどありませんが、放っておくと動脈硬化が急速に進行し、心臓病や脳卒中などを引き起こす危険性が高まります。

**特定健康診査はこのメタボリックシンドロームに着目した健診です。**

対象となる方には「特定健康診査受診券」を送付させていただきます。

この「特定健康診査受診券」と「組合員証」を特定健康診査実施機関に持参して、「特定健康診査」を受診していただきます。

## 特定健康診査の検査項目

- 基本的な健診 ・身長、体重、腹囲、BMI、血圧、中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール、GOT、GPT、 $\gamma$ -GTP、空腹時血糖、HbA1c、尿糖、尿蛋白、質問票【既往歴、自覚症状、他覚症状、服薬（血圧・血糖・脂質）、喫煙の有無、等】
- 詳細な健診（医師の判断により実施）
  - ・貧血検査、眼底検査、心電図検査、血清クレアチニン検査



## 特定保健指導について



メタボリックシンドロームの概念に基づいて、腹囲とBMI（※）をベースに特定健康診査の結果と喫煙の有無を加味し、生活習慣の改善に取り組んで将来の生活習慣病を防ぐことが大切な方に保健指導を行うことをいいます。

※BMIとは「体格指数」とされ、 $(\text{体重kg}) \div (\text{身長m})^2$ で算出されます。

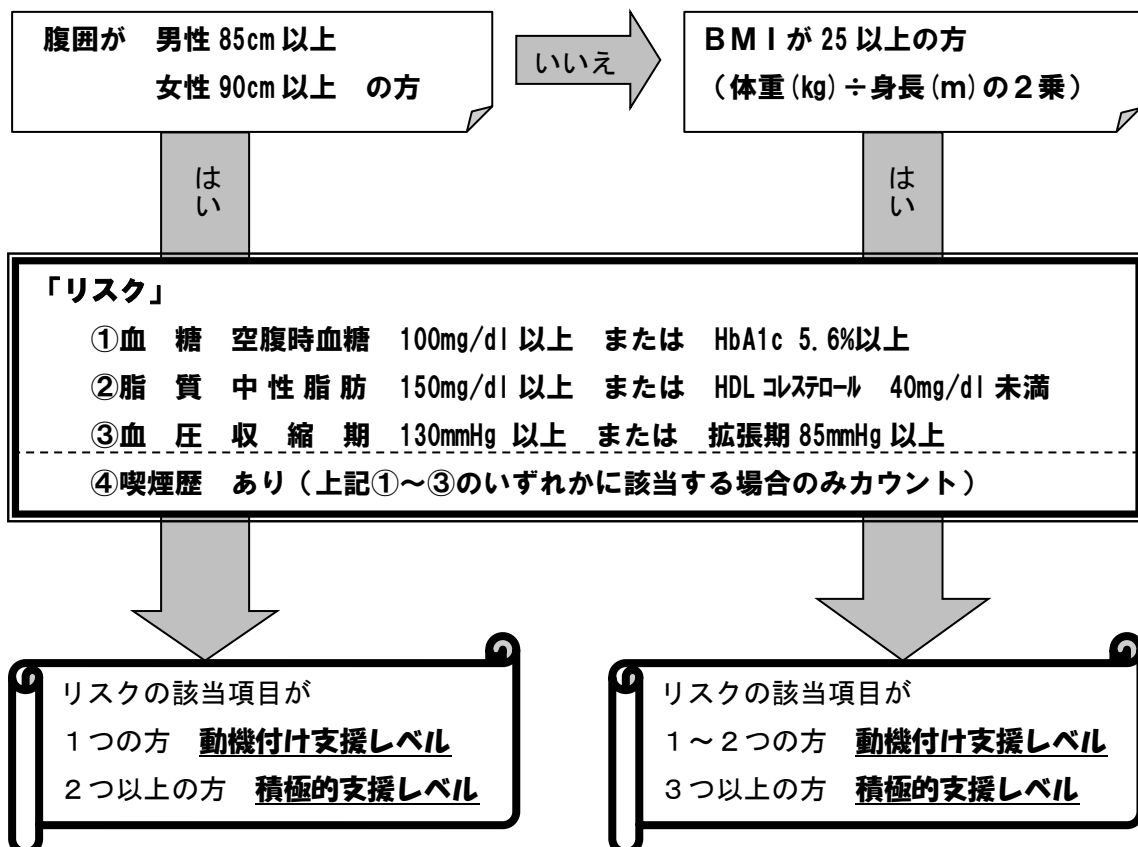
特定健康診査の受診後、その結果により、メタボリックシンドロームのリスクのある方で、特定保健指導が必要な方については、「**特定保健指導利用券**」を送付させていただきます。

この「**特定保健指導利用券**」と「**組合員証**」を**特定保健指導実施機関**に持参して、保健師等による「**特定保健指導**」を受診し、健康づくり（生活習慣の改善）に取り組んでいただくこととなります。

特定保健指導はリスクに応じて次の2つのタイプがあります。

- ◆メタボリックシンドロームの該当者 ⇒ 「**積極的支援レベル**」
- ◆メタボリックシンドロームの予備群 ⇒ 「**動機付け支援レベル**」

※65歳以上の方は、「積極的支援レベル」に該当しても「動機付け支援」を行います。



- ◆糖尿病、高血圧症又は脂質異常症の薬剤治療を受けている方は、特定保健指導の対象外となります。特定健康診査受診時の問診票に、これらの服薬の確認がありますので、正しい情報を記載してください。