

平成20年4月から  
従来の基本健診が、

特定健診・特定保健指導または、  
後期高齢者健診へ変わります

なぜ、健診が変わるのか

近年、国民医療費は急速に増加し、なかでも糖尿病、高血圧症、脂質異常症等の生活習慣病が占める医療費の割合が増え続けています。このままでは国民皆保険制度（※1）が継続できなくなるといわれています。そのようなことにならないために生活習慣病を引き起こす原因の一つであるメタボリックシンドローム

※2メタボリックシンドローム  
（内臓脂肪症候群）

内臓脂肪が蓄積されたタイプの肥満に加えて、高血圧、脂質異常症や糖尿病の複数の病態をあわせもつもの。このような人は動脈硬化が進みやすく、心筋梗塞や脳梗塞などの危険性が高いことがわかっていきます。



※1 国民皆保険制度

みんなが保険に入って、みんなが保険料を納め、国からの援助も受けて健康を保持しようというもの。保険証を医療機関に持っていくと、みんなが安心して安全、有効な治療を受けることができます。

（※2）に着目した特定健康診査  
（以下、特定健診）・特定保健指導が実施されることになりました。

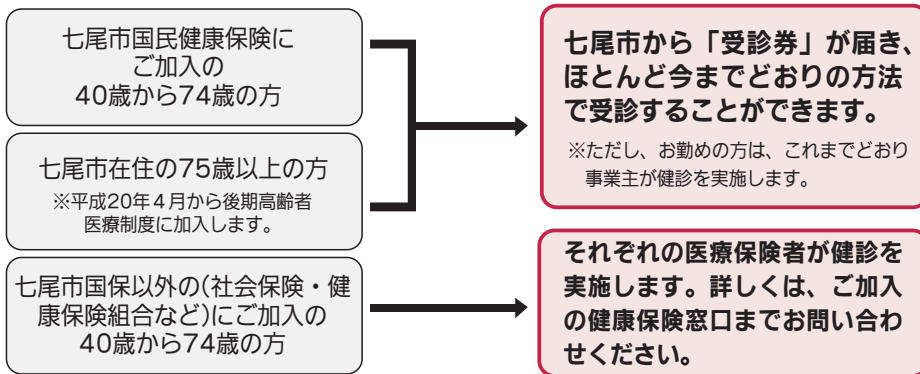


あなたは大丈夫？

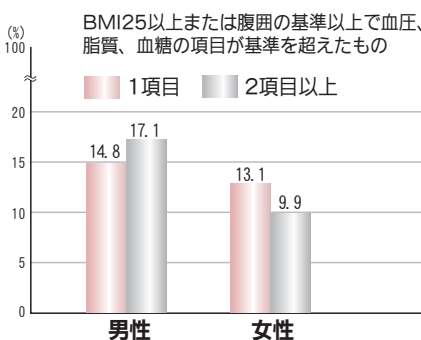
健診の実施方法も変わります

これまでの基本健康診査（以下、基本健診）は七尾市が実施してきましたが、平成20年4月からは医療費をまかなっている各医療保険者（国保・社会保険・健康保険組合など）が各保険加入者のみなさんに対して「特定健診」と「特定保健指導」を実施することが義務づけられます。

特定健診の実施方法



七尾市民のメタボリックシンドロームの状況（H18年度基本健康診査より）



受診者7,276人中、BMI25以上または腹囲の基準以上が男性で993人（38.0%）、女性で1,392人（29.8%）でした。その中で血圧、脂質、血糖の基準以上に該当する方が1項目では男性14.8%、2項目以上が17.1%、女性では1項目で13.1%、2項目以上で9.9%と男性の方がメタボリックシンドロームの割合が多くなっていました。平成17年度基本健康診査の結果では、肥満状況（BMI判定）は県内の市町で男性2位、女性6位と高い順位になりました。

## 特定健診・特定保健指導の流れ

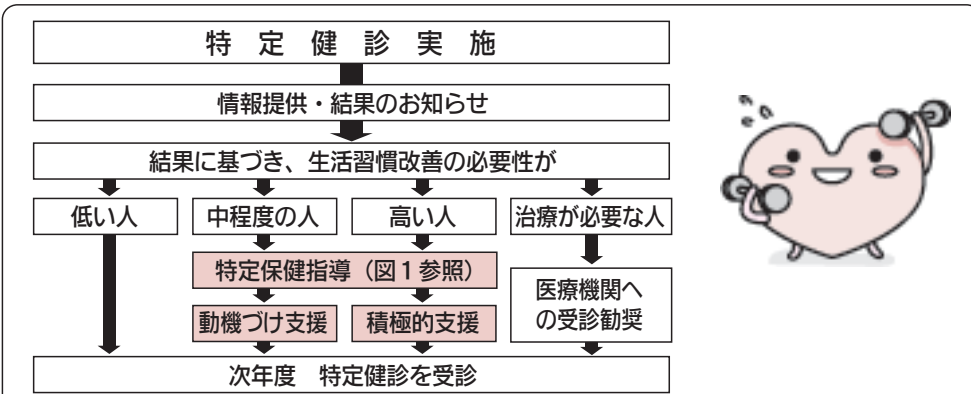


図1 特定健診・質問票の結果から当てはまる項目をカウントします。

### 内臓脂肪の蓄積状態を確認

① 腹囲 男性85cm以上・女性90cm以上

② 腹囲 男性85cm未満・女性90cm未満でも、BMI※が25以上

※BMI = 体重 (Kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m)

### (1) 高血糖

空腹時血糖  
100mg/dl以上  
または  
ヘモグロビンA1c  
5.2%以上

### (2) 高血圧

収縮期血圧130mmHg以上  
かつ/または  
拡張期85mmHg以上

### (3) 脂質異常

中性脂肪150mg/dl以上  
かつ/または  
HDLコレステロール  
40mg/dl未満

### (4) 喫煙歴あり

(1)~(3)の当てはまる  
項目が1つ以上の  
場合カウントします。

①の人で(1)~(4)に当てはまる項目が1つ  
②の人で(1)~(4)に当てはまる項目が1つまたは2つ

①の人で(1)~(4)に当てはまる項目が2つ以上  
②の人で(1)~(4)に当てはまる項目が3つ以上

動機づけ支援を行います

積極的支援を行います



○高血圧・糖尿病等生活習慣病治療薬を内服中の人は特定保健指導の対象になりません

## 特定健診・特定保健指導とは

対象者 40歳から74歳の方

心臓病や脳卒中などを予防するためにメタボリックシンドロームの該当者とその予備群の人を見つけ出し、特定保健指導につなげるための健診です。(特定健診)

特定健診の判定結果をもとに、保

健師や管理栄養士などの専門職が、受診者それぞれに面接や電話、電子メールなどで生活習慣の改善ができるように、またそれを自分自身で継続的に続けられるように支援・アドバイスを行います。(特定保健指導)

## みなさんにお願

☆ご加入の健康保険が変わったとき

は速やかに各健康保険窓口で手続きを行ってください。  
☆健診を受けるときは、必ず「受診券」と「健康保険者証」をご持参ください。

## 後期高齢者健康診査とは

対象者 75歳以上の方

受診中、治療中の方はすでにかかりつけ医で医療での管理がされているので、それ以外の方を対象に介護予防も含めた健診を行います。

## がん検診は従来どおり受診できます

基本健診と同時に実施していたがん検診は、今まで通り受けることができます。健康推進課から案内が届きますのでご確認ください。(5月上旬頃発送予定)



あなた自身の健康を守るため、高齢社会における医療費の増加を防ぐために、年1回の健診は欠かせないようにしましょう。

詳しくは、保険課(ミナ、クル2階 ☎53-8420) または健康推進課(サンライフプラザ内 ☎53-3623) にお問い合わせください。