

# 平成20年4月から 特定健康診査・特定保健指導が始まりました！

40歳～74歳までの医療保険に加入するすべての人が対象です

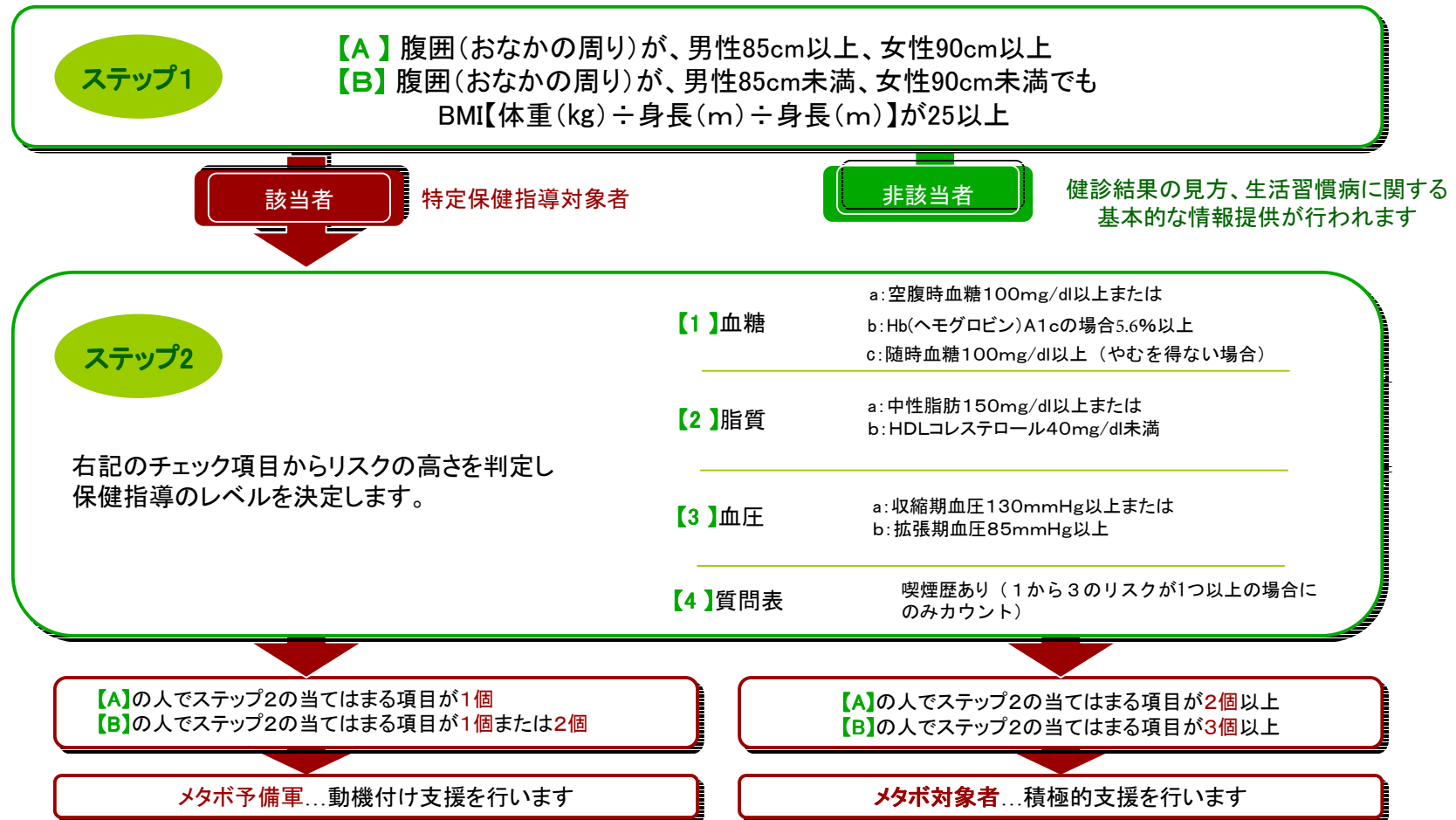
男性は2人に1人が、女性は5人に1人が**メタボリックシンドローム**とされています。  
(厚生労働省調べでは総数2000万人)

## ■厚生労働省がたてた第3期6年後の目標

単一健康保険組合に対して特定健康診査受診率→90%  
単一国民健康保険組合に対して特定健康診査受診率→55%  
保険者全体に対して特定保健指導受診率→45%up  
保険者全体に対してメタボリックシンドローム対象者→25%down

**※目標を達成できない自治体及び健康保険組合に対してはペナルティーが課せられます。**

## 特定健診データを元に、メタボリックシンドローム対象者を 特定保健指導のレベルが異なる3つの区分に階層化



\*前期高齢者(65歳以上75歳未満)は、積極的支援の対象の場合でも動機付け支援とします。  
\*糖尿病・高血圧または脂質異常症の服薬をしている人は対象外となります。

## 特定健康診査とは？

特定健康診査は、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した健診で、以下の項目を実施します。

|          |   |
|----------|---|
| 基本的な項目   | <ul style="list-style-type: none"><li>○質問表（服薬歴、喫煙歴等）</li><li>○身体測定（身長、体重、BMI、腹囲）</li><li>○血圧測定</li><li>○理学的検査（身体診察）</li><li>○検尿（尿糖、尿蛋白）</li><li>○血液検査<ul style="list-style-type: none"><li>・脂質検査（中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール）</li><li>・血糖検査（空腹時血糖またはHbA1c）</li><li>・肝機能検査（GOT、GPT、<math>\gamma</math>-GTP）</li></ul></li></ul> |
| 詳細な健診の項目 | <p>※一定の基準の下、医師が必要と認めた場合に実施</p> <ul style="list-style-type: none"><li>○心電図</li><li>○眼底検査</li><li>○貧血検査（赤血球、血色素量、ヘマトクリット値）</li></ul>  |

## 特定保健指導とは？

特定健診の結果から、生活習慣病発症のリスクが高いが、生活習慣の改善により生活習慣病発症の予防効果が多く期待できる方に対して、生活習慣を見直すサポートをするのが特定保健指導です。

特定保健指導には、リスクの程度に応じて、積極的支援と動機付け支援があります。

