

●特定健診

国民健康保険等の医療保険者が、特定健診を行います。メタボリックシンドロームに着目し、バランスのとれた食生活や適度な運動等の生活習慣の改善による効果が大いにとされる生活習慣病の予防や重症化の防止をめざします。

大阪市国民健康保険では

1. 受診券を世帯ごとに送付します

○対象者

大阪市国民健康保険加入者のうち40歳～74歳の方
(実施年度中に40歳になる方を含む)

※受診券がお手元にならない場合は区役所保険年金業務担当(保険)の窓口またはインターネットで再発行できます。

なお、特定健診受診券の利用は、年度中に1回のみです。

2. 健診場所を選びましょう

- ・取扱医療機関、地域の集団健診会場で行います。
 - ・受診券に「けんしん実施場所一覧」を同封しています。
 - ・なお、お住まいの区以外でも、府内の取扱医療機関や市内の集団健診実施会場で受診できます。
 - ・くわしくは、各区保健業務担当(P62)にお問い合わせください。
 - ・医療機関で治療中の方も特定健診の対象となりますので、主治医とご相談の上、受診してください。
- ※医療機関により予約制の場合がありますので事前にお問い合わせください。

3. 特定健診を受けましょう

○お持ちいただくもの

- ・特定健診受診券・マイナ保険証または資格確認書・受診券に同封の個人票(問診票)
- ・検査は、空腹(食後10時間以上)で行います。
お水やお湯はお飲みいただけません。
- ・お薬を常用されている方は、薬剤の使用について、主治医にご相談ください。
- ・前日のアルコール摂取・激しい運動は控えましょう。

【健診内容】

- 基本的な健診(無料)
質問(問診)、身体計測(身長・体重・腹囲)、血圧測定、
理学的検査(診察)、尿検査(蛋白・糖)
- 血液検査
脂質(中性脂肪・HDL・LDLまたはNon-HDL)
肝機能(AST・ALT・ γ -GT)
血糖(血糖・HbA1c)
腎機能(血清クレアチニン(eGFR)・血清尿酸)
- 詳細な健診(無料)
貧血検査、心電図検査、眼底検査は基準に該当し、医師が必要と判断した場合には行います。

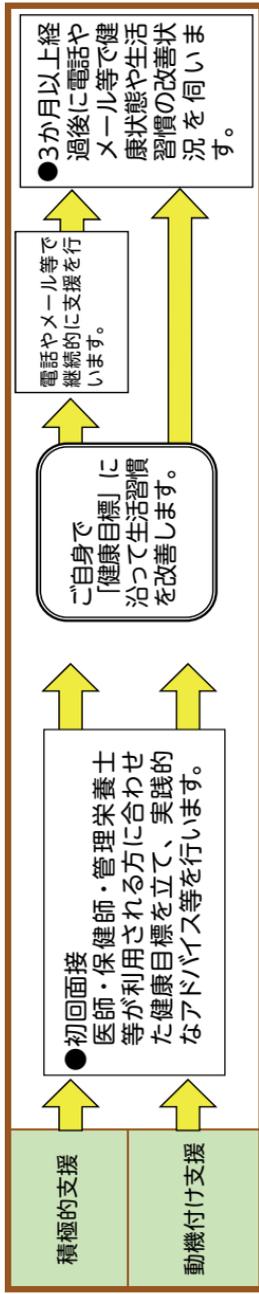
毎年必ず特定健診を受けましょう！

75歳以上の方は、後期高齢者医療健康診査を受けましょう。

●特定保健指導

特定健診の結果、特定保健指導の対象となった方に対して、医師、保健師、管理栄養士等による生活習慣改善のための支援を行います。支援内容は、生活習慣病になるリスクの高さによって「積極的支援」または「動機付け支援」となります。

大阪市国民健康保険では



1. 利用方法と実施場所を選びましょう

- ・特定健診を受診された方で特定保健指導に該当する方に利用券を送付します。「特定保健指導取扱機関一覧」の中から利用したい機関を選んで電話等で直接お申込みください。

※集団健診や一部の健診実施機関では、健診当日に特定保健指導の初回面接を利用することができません。

2. 特定保健指導を受けましょう

○お持ちいただくもの

- ・特定保健指導利用券
(健診当日や健診結果の説明時に特定保健指導を利用する場合は不要です。)
- ・マイナ保険証または資格確認書
- ・健診結果

生活習慣を見直し健康づくりに取り組みましょう!

※特定健診・特定保健指導は、「大阪市国民健康保険健康事業実施計画・特定健康診査等実施計画」に基づき実施しています。