

40歳以上75歳未満の被扶養者の皆さまへ 特定健康診査を受診しましょう

特定健康診査（以下「特定健診」）は、生活習慣病の前段階であるメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の早期発見・予防を目的とした健診です。

健康状態を把握するためにも1年に1回は、必ず特定健診を受診しましょう。

STEP1 特定健診の受診方法を選びましょう

※組合員の方は職場の事業主健診が共済組合の人間ドックを必ず受診してください。

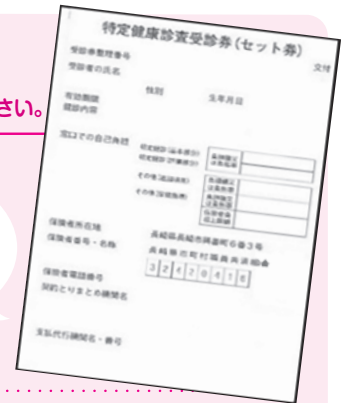
A 特定健診受診券を使用して受診

特定健診を実施している検査機関に
予約して受診してください。

※検査機関は当組合ホームページから
ご覧いただけます。



対象者の方へは
5/20にご自宅に
郵送しています



B 人間ドックを受診する

当組合が実施する人間ドックを受診する方
は、特定健診を受診したことになります。

※助成券の交付を受けている方は、
早期予約・早期受診をお願いします。

C 職場での健康診断等を受診する

お勤め先で健康診断を受ける場合や自費で
人間ドック等を受ける場合には健診結果の
写しを提出することで、特定健診を受診した
ことになります。

※必要提出書類……
健診結果の写し、質問票（当組合から送付）

STEP2 特定健診の受診（Aの受診方法の場合）

健診費用は **無料!!**
個人負担はありません。

当日必要なもの

- 特定健診受診券
- 組合員被扶養者証（保険証）

STEP3 健診結果を確認…… 特定保健指導に該当した場合は 必ず受けましょう！

特定健診の結果を確認し、「要治療」「要検査」があれば放置せずに医療機関を受診しましょう。
また、特定保健指導に該当された方は、そのまま放置しておく和生活習慣病になる恐れが
ありますので、保健師等による専門家のサポートにより生活習慣の改善に取り組みましょう。

- リスクの程度により、**動機付け支援** または **積極的支援** に分かれ、**無料**で受けられます。
- 特定保健指導に該当した場合は、**必ず受けましょう。**

※受診方法Aでの該当者には、受診のための案内を別途送付します。

※受診方法Bでの該当者には、ドック受診日当日に特定保健指導（初回）を実施する場合があります。

◆特定健診の検査項目

日本人の死因上位は「がん」、「心臓病」、「脳卒中」などの生活習慣病です。
病気の早期発見・早期治療のためにも毎年の健診結果を確認しましょう。

基本的な検査項目

既往歴・自覚症状・服薬歴・喫煙歴		健康状態の確認
身体計測	身長・体重・腹囲・BMI	内臓脂肪の蓄積状況
血圧測定	収縮期血圧・拡張期血圧	心臓病や脳卒中のリスク
脂質検査	中性脂肪・HDL コレステロール・ LDL コレステロール	
肝機能検査	AST (GOT)・ALT (GPT)・ γ-GT (γ-GTP)	脂質異常症、肝臓病、 糖尿病、動脈硬化等のリスク
血糖検査	空腹時血糖・随時血糖・HbA1c ※いずれかの実施	
尿検査	尿蛋白・尿糖	腎臓病・糖尿病のリスク

どんなことが
わかるの？



◆特定健診・特定保健指導の実施率が高いと皆さまの家計にメリットが!?

共済組合を含む医療保険者は、75歳以上の方を対象とした後期高齢者医療制度に対して、後期高齢者支援金（以下「支援金」という。）を納付しており、昨年度は約19億円を超える支援金を納付しています。

特定健診・特定保健指導の実施率（※）が高く、各種保健事業等が効果的に実施できている医療保険者は、この支援金が減額され、財源率（掛金・負担金）が引き下げられることで、組合員の皆さまの家計にもメリットがあります。

※実施率が低く、その他一定の基準を満たさないとペナルティとして支援金が増額されます。