

あの頃に・・・

戻れないけど、近づくことはできる…!!

まずは、今の私を見つめましょう。

特定健診のススメ



年齢を重ねると表れるこんな症状
心当たりありませんか？



肌荒れ



寝不足



肥満



体力不足



抜け毛



自分の体の **健康状態を知りましょう**



将来の不安を **軽減できます**

大分県の特定健診は**40歳**から受けられます。

【対象者】 40～74歳までの国民健康保険に加入されている方

検査時間はどのくらいかかりますか？

約1時間で終わります

血液検査と尿検査を中心にした、精度の高い健診です。糖尿病、高血圧症をはじめとする、やっかいで長引く病気の兆候・リスクを詳しく調べます。

※混雑状況等により、健診にかかる時間が前後する場合があります。詳しくは、お近くの健診会場、指定医療機関までお問い合わせください。



わずかな時間で一生もののお得が手に入ります！

検査費用はどのくらいかかりますか？

検査費用はかかりません

特定健診は、皆さんが納めた税金で行っています。個人で受けると約8,000円かかる検査を、大分県の特定健診なら無料で受けられます。国民健康保険加入者の方には、お住まいの市町村がお一人様一回に限り、健診費用の全額を負担します。



受けないともったいない！ 1年に1回必ず受診しましょう！

検査の内容

高血圧症、脂質異常症、糖尿病等の生活習慣病を早期に発見するための検査を行います。

① 身体計測 (身長、体重、腹囲、BMI)

内臓脂肪型の肥満かどうかを調べます。男性では85.0cm以上、女性では90.0cm以上で内臓肥満が疑われます。



② 血圧測定

高血圧や低血圧かどうかを調べます。



③ 血液検査

脂質異常 (中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール)、糖尿病 (空腹時血糖、ヘモグロビンA1c)、腎臓機能 (クレアチニン、尿酸)、肝臓機能 (GOT、GPT、 γ -GTP) に異常はないかを調べます。



④ 尿検査

糖尿病 (尿糖)、腎臓機能 (尿蛋白)、膀胱・尿路系 (尿潜血) に異常はないかを調べます。



⑤ 問診

生活習慣病の治療状況や生活習慣 (服薬及び喫煙歴、食事、運動、睡眠等生活習慣) を診ます。



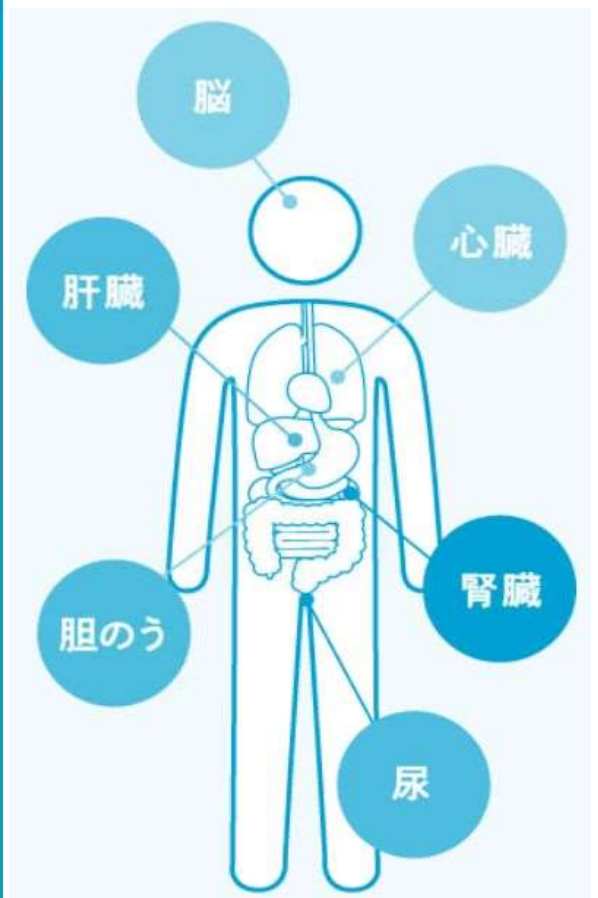
どんな病気がわかりますか？



わずかな検査内容で20以上の病気のリスクが発見できます。

◎ 主な検査内容と病気のリスク

検査内容		病気のリスク
身体測定	<ul style="list-style-type: none">身長腹囲体重BMI	<ul style="list-style-type: none">肥満高血圧症動脈硬化脂質異常症
血圧測定	<ul style="list-style-type: none">収縮期血圧拡張期血圧	<ul style="list-style-type: none">脂肪肝アルコール性肝臓病肝炎肝硬変
血液検査	血中脂質	<ul style="list-style-type: none">肝がん糖尿病糖尿病性腎症
	血糖	<ul style="list-style-type: none">系球体腎炎ネフローゼ症候群
	肝機能	<ul style="list-style-type: none">胆石症慢性すい炎甲状腺機能低下症
	腎機能	<ul style="list-style-type: none">脳梗塞脳出血心筋梗塞
尿検査	<ul style="list-style-type: none">尿糖尿蛋白	<ul style="list-style-type: none">狭心症 等



※検査結果を医師が総合的に判断し、該当者に対する心電図、貧血、眼底検査などの詳細検査の実施や、医療機関での受診・精密検査、保健師・栄養士等による特定保健指導などにつなげます。

※上記以外にも、様々な病気のリスク発見につながる可能性があります。

※脳、心臓に係る病気のリスクについては、血液検査、血圧測定等の検査結果の総合的判断に基づくものです。



特定健診は電話1本で
簡単に予約できます!

特定健診の受け方

お住まいの市町村によって**健診方法は異なります。**

「**集団健診**」か「**個別健診**」のどちらで受診するかを選びます。

集団健診

地域の**公民館**や**健診機関**で受診する方法です。

STEP1

健診日を選ぶ

お住まいの市町村のホームページ又は窓口にご連絡して、会場・日程をお選びください。

STEP2

☎ 電話で予約する

事前に健診会場への予約が必要な場合がありますので、直接お住まいの市町村までお問い合わせください。

個別健診

お近くの**指定医療機関**※で受診する方法です。

※市町村に特定健診の実施を委託された医療機関

STEP1

医療機関を選ぶ

お近くの指定医療機関をお選びください。指定医療機関がわからない場合は、お住まいの市町村でご相談ください。

STEP2

☎ 電話で予約する

指定医療機関に連絡し、ご都合のよい日程を予約して受診してください。

健診当日の持ち物

受診券、国民健康保険被保険者証

1. 各健診会場・健診機関・指定医療機関では、新型コロナウイルス感染症対策を徹底しております。
2. ご自身や同居者に発熱や咳、くしゃみなどの症状がある場合は、当日の健診受診は控え、日を改めて受診してください。
3. 「マスクを着用する」、「体調の良い日に受診する」、「手洗いや手指消毒を徹底する」、「受付時間を守り、密集・密接を防ぐ」など感染予防にご協力をお願いします。

健診会場・指定医療機関は

お住まいの市町村の窓口にお問い合わせください。

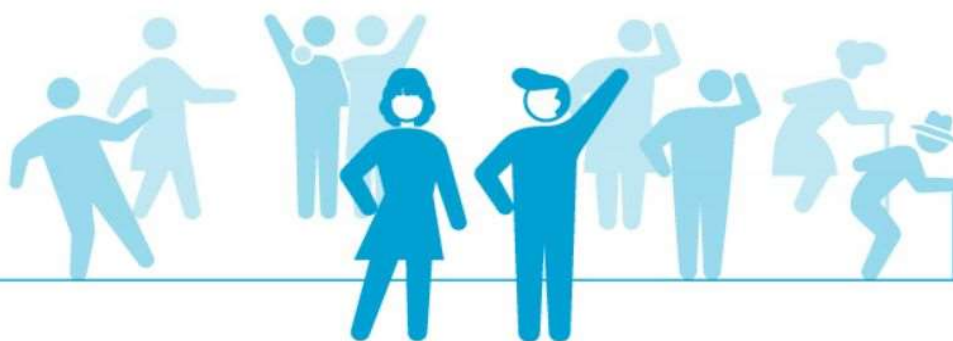
いつまでも健康で若々しく過ごすために

1年に1回、必ず受診しましょう。



新型コロナウイルスの発生状況等によって、実施方法等が変更になる場合があります。

ご不明な点につきましては、お住まいの市町村、または受診予定の健診機関にお問い合わせください。



大分県

福祉保健部 国保医療課

Copyright © Oita Prefecture, All rights reserved.