



# 平成20年度から健診方法が変わります



**特定健診・特定保健指導が始まります。**

平成20年度からは、市が実施していた「基本健診」に代わり、医療保険者（国保・健保組合・共済組合等）が実施する「特定健康診査（特定健診）」が始まります。

加入している医療保険者が実施する「特定健診」を受診しましょう。  
※社会保険等の被扶養者も条件によって、市

（国保）が実施する健診会場で受診できる場合があります。

## 特定健康診査とは？

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した健診です。健診項目のうち「腹囲測定」・「血圧」・「脂質」・「血糖」といった検査項目から、メタボリックシンドローム該当者・予備群を発見し、保健指導を通じて生活習慣病を予防・

改善するものです。

## ◎特定保健指導

健診の結果から、「情報提供」「動機づけ支援」「積極的支援」の3つの階



## 健診を受けたすべての人に…

**情報提供** 適切な生活習慣や健康の維持・増進につながる情報を提供します。

## メタボリックシンドローム予備群の人に…

**動機づけ支援** 生活習慣改善の支援をし、行動計画を作り、6か月後に改善状況を確認します。

## メタボリックシンドロームのリスクが高い人に…

**積極的支援** 生活習慣改善のため、3か月以上継続して支援し、6か月後に改善状況を確認します。

層に分けて対策が行われます。

## 市（国保）が実施する「特定健診」を受診できるのは

30歳以上の朝来市国民健康保険加入者と老人保健（20年度以降「後期高齢者医療制度」の対象者は、市（国保）が実施する「特定健診」を受診できます。

※国保・老人保健（後期高齢者医療制度）以外の方は、加入している医療保険者にお尋ねください。

## 特定健診受診までの流れ

### 申込書の送付

○市から、健診の申込書を送ります。（2月下旬に郵送）

### 健診申込み

○受診には事前申込みが必要です。  
○特定健診だけでなく、

### 受診券の発行

○申し込んだ人には、健診の約1か月前に、受診票を送るとともに、「受診券」を発行します。

○「受診券」が無いと特定健診は受診できません。

### 健診受診

○「受診券」・「保険証」・「健診費用」を持って、指定の日時・会場で健診を受診します。

### 問い合わせ

市役所市民課  
☎67216120