

ご家族の
みなさまへ

2008年度から 「新しい健診」が 始まります！

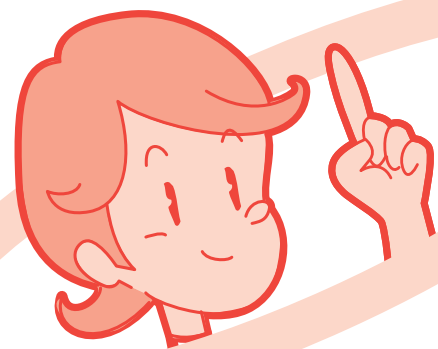
Part 1



健保組合が、主婦の皆さんをはじめとした 被扶養者の健康をさらに強力にバックアップ！

2008年度から、メタボリックシンドロームに着目した新しい「健診」と「保健指導」がスタートします。生活習慣病になる前の段階でいち早く問題点を見つけ出し、生活習慣を改善することが、その目的です。

保険者機能を推進する会 参加健康保険組合



健康保険組合が実施する 健診・保健指導を受けましょう！



主婦の皆さんの健康診断も 健保組合が行うことになります

食 生活の欧米化や運動不足などが原因の「生活習慣病」や「メタボリックシンドローム」。これらを早めに発見し、生活習慣を改善すれば、心臓病や脳卒中などの重大な病気を防ぐことが可能です。そこで2008年度から、今まで市町村などが行っていた主婦の皆さんなどの健康診断も、健保組合が主体的に実施することになりました※。皆さんの健康管理をさらに効果的にお手伝いします。

※2006年10月にスタートした医療制度改革により、2008年度から、40～74歳の被保険者・被扶養者の健康診断と保健指導が健康保険組合に義務づけられました。

メタボリックシンドロームとは？

腹部の内臓のまわりに脂肪がたまった「内臓脂肪型肥満」に加え、血糖値、血圧、中性脂肪値のうち、いずれか2つ以上の数値が高い状態を「メタボリックシンドローム」といいます。まだ病気というほどの状態でなくても、これらが重なると、動脈硬化を引き起こす危険性が非常に高まります。

ご家族の健康を守るためにも、 まずは、健康診断を受けましょう

2 008年度から始まる新しい健診制度（特定健診）は、メタボリックシンドロームの人や、その予備群の**早期発見・早期指導**を目的に行われます。そのため、健診には内臓脂肪などを調べるための腹囲測定など、新たな項目が加わることであります。

主婦の皆さんは、家族全員の健康を維持するための“かなめ”とも言える存在です。ご自分の健康が家族の幸せにつながることを忘れず、まずは健康診断を積極的に受けましょう。



「保健指導」を受けて、 生活習慣の改善を！

特 定健診の結果により、健保組合では、個々の受診者のライフスタイルなどに合わせた**効果的な保健指導（特定保健指導）**を実施します。

保健指導は、皆さんが意欲的にご自身の健康管理に取り組めるように、保健師などの専門スタッフによる食事や運動などの生活習慣の改善を中心に行います。ぜひ、ご自分の健康を見つめ直すきっかけにしてください。

健診や保健指導は 医療費の抑制にもつながります

皆 さんが積極的に健診や保健指導を受けることによって、いち早く生活習慣病を予防・改善できるようになれば、増大する医療費を抑えることも可能になります。

また、特定健診や特定保健指導に対する各健保組合の取り組み状況によって、各健保組合が毎年国に納める拠出金の額が増減されることになっています。

つまり健診や保健指導は、皆さんの健康につながるだけでなく、健保組合の財政にも大きな影響を与えるのです。



詳しくは、各健保組合にお尋ねください

++ Q&Aコーナー ++

Q1 特定健診は、なぜ受けないといけないのですか？

A

厚生労働省の統計によると、生活習慣病が引き起こすがんや心臓病、脳卒中などの病気は、2003年で死因の約6割、医療費でみると約3割を占めています。健診を定期的に受けて生活習慣病を予防することは、私たちの健康を守るだけでなく、医療費の増大を防ぐためにも非常に大切なことです。

※2008年度から、40～74歳の被保険者・被扶養者の健康診断と保健指導が健康保険組合に義務づけられました。

Q2 健診を受けないと、メタボリックシンドロームはわからないの？

A

高血圧や高血糖、高脂血症などの生活習慣病は、自覚症状がないまま進行します。その前の段階で生じるのがメタボリックシンドロームです。検査数値の上ではまだ病気とは言えなくても、内臓脂肪型肥満で検査数値が境界域にある人は既に危険な段階に進んでいます。この時点で問題のある人を見つけるのが、健診の目的です。

Q3 保健指導とは、どのようなものですか？

A

保健指導の内容は、健診の結果によって、①健診受診者全員に行う「情報提供」 ②問題が始めた人に対して行う「動機づけ支援」 ③問題が重なり始めた人に対して行う「積極的支援」の3段階に分けられます。いずれも、皆さんが主体的に目標を持って生活習慣の改善が行えるようになることを目的にしています。自らの健康を守るためにも、積極的に受けるようにしましょう。

Q4 健診データなどは、健保組合が管理するのですか？

A

高齢者医療確保法および個人情報保護法に基づき、健保組合がデータ管理をします。そのため、各健保組合では現在、データ管理システムの構築の準備をしています。被扶養者の皆さんにアンケートなどを送付することもありますので、ご協力をお願いします。

保険者機能を推進する会 参加健康保険組合

あいおい／朝日生命／旭ファイバーグラス／味の素／石川島播磨重工業／伊勢丹／出光興産／稲畑産業／エイアイジーグループ
エヌ・ティ・ティ／荏原／大塚商会／小田急グループ／オリンパス／川崎重工業／キンピール／近畿日本ツーリスト／ケー・ティー・シーグループ
小松製作所／ジェイアールグループ／JFE／ジェイティ／ジェイティービー／ジャパンビバレッジ／昭和電工／信越化学／人材派遣
新日鉱グループ／新日本製鐵／セコム／ソニー／第一生命／大日本インキ／太陽生命／大和証券グループ／ダスキン／チッソ本社
天満屋／東京海上日動／東京ガス／東京電力／トッパングループ／豊田合成／トヨタ自動車／トランス・コスモス／日産自動車
日産自動車プリンス／日本アイ・ピー・エム／日本航空／日本精工／日本通運／日本電気／日本郵船／日本輸送機／日本旅行
野村證券／パイオニア／博報堂／バレット／日立化成工業／日立金属／日立製作所／日野自動車／富士写真フィルムグループ
富士電機／ブリヂストン／ベネッセグループ／HOYA／ボッシュ／ホンダ／丸井／三井／三井住友海上／三井物産／三越
三菱／三菱化学／三菱瓦斯化学／三菱重工／三菱東京UFJ銀行／三菱電機／三菱マテリアル／三菱UFJ信託銀行
明治安田生命／山崎製パン／リクルート／リコー三菱グループ／レナウングループ／ワールド／YKK（以上90健康保険組合）