

# 特定健診・保健指導が始まります

## 40~74歳の方対象

今年度から、これまで市が実施していた基本健康診査に変わり、特定健康診査・特定保健指導が始まります。これは、生活習慣病の前段階であるメタボリックシンドローム(内臓脂肪型肥満)の予防・改善を目的に、各医療保険者が保健指導を前提に健康診査を実施するものです(左図参照)。

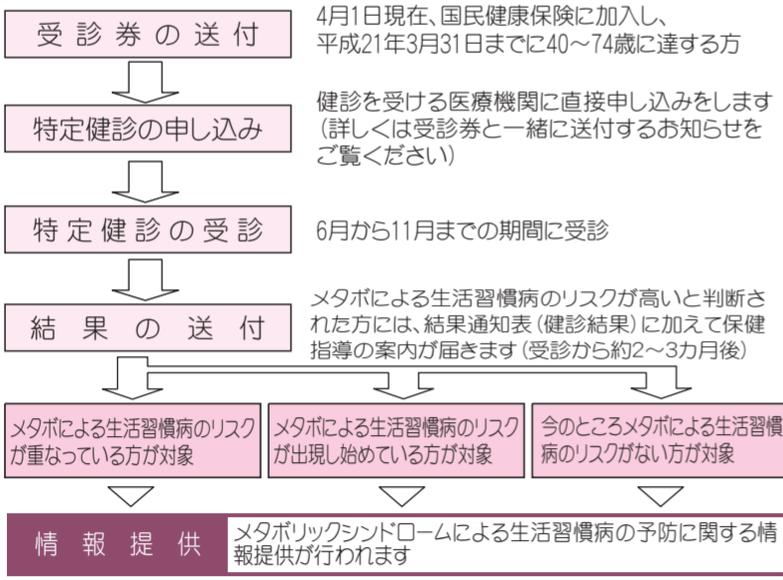
【特定健診・特定保健指導の概要】  
◇すべての医療保険者が実施  
特定健診は、40歳から74歳までの方を対象に、国民健康保険や社会保険などの医療保険者が実施するもの

特定健診は、40歳から74歳までの方を対象に、国民健康保険や社会保険などの医療保険者が実施するもの

### 健康診査

加入保険	国民健康保険	社会保険など	後期高齢者医療制度
名称	特定健康診査		後期高齢者健康診査
対象者	40~74歳の方		75歳以上または一定の障害がある65歳以上の方
費用	2,000円	加入している医療保険者にお問い合わせください	2,000円
健診項目	表1参照		国民健康保険と同じ

### 特定健診・特定保健指導 利用の流れ (国民健康保険)



積極的支援	動機づけ支援
「特定保健指導利用券」と結果通知表を保健指導機関に持参し、特定保健指導を受けます 保健師などとの個別面接など3カ月以上継続的な健康づくりの支援を受けます	「特定保健指導利用券」と結果通知表を保健指導機関に持参し、特定保健指導を受けます はじめに保健師などから個別の指導を受けて、メタボリックシンドロームの改善に取り組みます。

海老名市国民健康保険に加入している方の特定健診は、基本的な項目のほか、胸部X線などの独自の項目を追加して、これまでの基本健康診査とはほぼ同じ内容で実施します。また、健診結果はメタボ

特定保健指導では、判定で「積極的支援」や「動機づけ支援」となったメタボリックシンドローム該当者や、その予備群の方を対象として、保健師や管理栄養士が、対象者の健康状態やライフスタイルに合わせ、生活習慣改善・内臓脂肪減少のための行動目標設定など、健康支援を行います。

特定健診に代えて、人間ドック費用助成利用も可  
特定健診に代えて、人間ドックの費用助成を利用することもできます。この場合、特定健診の項目に該当する健診結果を提出するなど、手続きが必要です。※同一年度内に特定健診と人間ドック助成の併用は

評価を実施  
国民健康保険または後期高齢者医療制度の加入者で、65歳以上(介護保険の要介護者および要支援者を除く)の方には、健康診査と同時に「介護予防健診(生活機能評価)」を実施します。これは、健康状態を把握して介護が必要になる状態を予防するために実施するものです。社会保険加入の方には、後日市からお知らせします。

**メタボリックシンドロームとは...**

メタボリックシンドロームとは、内臓肥満に加え、高血糖、高血圧、脂質異常という危険因子を2つ以上持っている状態をいいます。この状態になると動脈硬化が急速に進み、心臓病や脳卒中などの循環器病や糖尿病の合併症等の発病につながりやすくなります。

内臓脂肪型肥満	腹囲 男性 85cm以上 女性 90cm以上
高血圧	収縮期(最高)血圧 130mmHg以上か 拡張期(最低)血圧 85mmHg以上
脂質異常	中性脂肪 150mg/dl以上か HDLコレステロール 40mg/dl未満
高血糖	空腹時血糖 100mg/dl以上か ヘモグロビンA1c 5.2%以上

結果は下表のとおり「積極的支援」「動機づけ支援」「情報提供」に分類されます  
特定保健指導対象者の判定基準

追加項目	保健指導分類	
	40~64歳	65~74歳
①血糖 ②脂質 ③血圧	40~64歳	65~74歳
腹囲	あり	積極的支援
男性 85cm以上	なし	動機づけ支援
女性 90cm以上	該当しない	情報提供
上記以外で BMI25以上	あり	積極的支援
BMI-体重(kg) ÷ (身長(m)) <sup>2</sup>	なし	動機づけ支援
1つ該当	該当しない	情報提供
腹囲もBMIも正常		情報提供

特定健診の結果や特定保健指導の内容・成果は、各医療保険者が保管・蓄積し、効率的、効果的な保健指導を実施するための基礎資料として利用します。

表1 健診項目

健診項目	特定健診の検査項目	制度	海老名市国保
問診票	服薬、既往歴、貧血、喫煙など	●	●
身体計測	身長	●	●
	体重	●	●
	BMI	●	●
理学的検査	腹囲	■	●
	内臓脂肪面積	■	-
	身体診察	●	●
血圧	収縮期/拡張期	●	●
	中性脂肪	●	●
血液化学検査	HDLコレステロール	●	●
	LDLコレステロール	●	●
	AST(GOT)	●	●
肝機能検査	ALT(GPT)	●	●
	γ-GT(γ-GTP)	●	●
	血清アルブミン	-	●(65歳以上)
反復唾液嚥下テスト	反復唾液嚥下テスト	-	●(65歳以上)
代謝系	空腹時血糖	■	-
	ヘモグロビンA1c	■	●
血液一般	尿糖	●	●
	ヘマトクリット値	□	●
	血色素量(ヘモグロビン値)	□	●
尿・腎機能	赤血球数	□	●
	尿蛋白	●	●
胸部X線	クレアチニン	-	●
	胸部X線	-	●
心機能	心電図	□	●
眼底検査		□	□

●...必須項目  
□...医師の判断に基づき選択的に実施する項目  
■...腹囲と内臓脂肪面積はそのいずれか、空腹時血糖とヘモグロビンA1cはそのいずれかの項目の実施で可

## 雨宮氏を 監査委員に選任



海老名市議会は、3月26日、雨宮徳明氏(あめみや・とくあき、河原口在住、60歳)を監査委員に選任することに同意しました。任期は、4月1日から4年間。これは、監査委員定数を2人から3人に増員することとなったことに伴うものです。

## 固定資産評価審査委員に 佐々木氏を選任



海老名市議会は、3月26日、佐々木達也氏(ささき・たつや、相模原市在住、48歳)を選任しました。これは、任期中に辞任した前委員の後任として選任されたもので、任期は4月1日から平成21年12月19日までです。