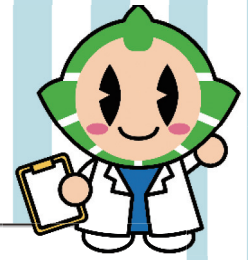


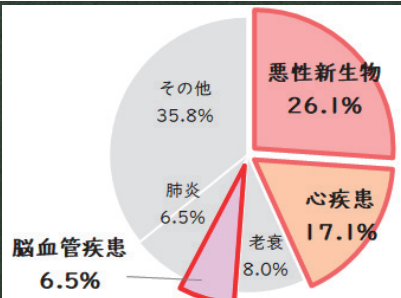
特定健診を受けましょう



実施期限: 令和6年2月29日まで

【1】特定健診（生活習慣病健診）ってなぜ必要なの？

香芝市 死因別割合（令和3年度）



中和保健所 人口動態統計より

令和3年度に香芝市で亡くなられたかたの死亡原因の約半数が、がんや心臓病、脳卒中などの生活習慣病でした。生活習慣病は、偏った食生活や運動不足、睡眠不足、喫煙、ストレス等、ちょっとした生活習慣の積み重ねが原因となって起こる病気です。

生活習慣病は、こうした生活習慣を改善することで重症化を予防することができますが、初期には自覚症状がないことが多いため、気づいた時には心臓病や脳卒中など深刻な状態になることも...

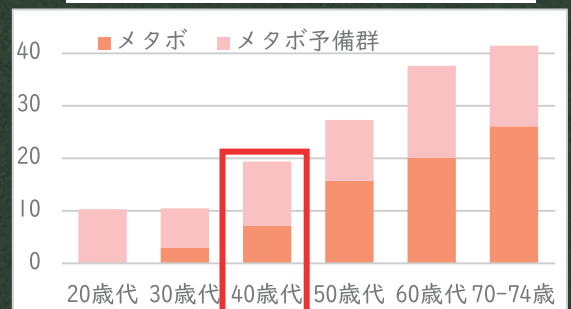
健診を受けると、自覚症状のない「病気の芽」を発見することができます。若いうちから、今の健康状態を知ることが大切です。

不健康な生活習慣の積み重ねによる影響が次第に体にあらわれてくるのが、メタボリックシンドローム（メタボ）です。

厚生労働省の調査によると、40歳代の5人に1人がメタボ該当者またはその予備群に該当しているそうです。また、年齢を重ねるとともに、メタボ該当者・予備群の割合が高くなります。

今から健診を受けて、ご自身の生活習慣と向き合い、健康な未来を手に入れましょう。

年齢別メタボ・メタボ予備群の割合



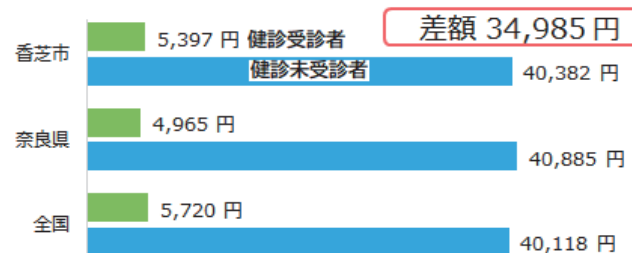
令和元年度国民健康・栄養調査より

特定健診を受けると医療費にも差が出るかも？！

右のグラフは、特定健診の受診の有無と生活習慣病にかかる1人あたりの治療費との関係性を調べたものです。

特定健診を受診して早目に治療を開始することで、年間約35,000円も治療費に差が出るのがわかります。

特定健診の受診有無と生活習慣病治療にかかる治療費（令和3年度）



【2】特定健診にはどんな検査項目があるの??

特定健診の検査項目

- 問診
- 診察
- 血圧測定
- 尿検査（尿蛋白、尿糖）
- 身体測定（身長、体重、腹囲、BMI）
- 心電図検査
- 血液検査（中性脂肪、HDL・LDL コレステロール、GOT、GPT、 γ -GTP、空腹時血糖またはHbA1c、血清クレアチニン、eGFR、尿酸、貧血）
- *眼底検査（基準あり）

※実施する保険者により、実施項目が異なることがあります。

特定健診は、生活習慣病の予防のために、各医療保険者（市町村国保、協会けんぽ、健康保険組合、共済組合など）が40歳から74歳までの加入者を対象に実施している健診です。

75歳以上の後期高齢者医療制度のかたや、29歳から39歳のかたで他で健診を受ける機会がない場合も、特定健診と同等の健診を受けることができます。

あてはまる健診を選んでね★



健診名	対象者	実施場所	料金	問い合わせ先
生活習慣病健診	25～39歳の健診機会があるかた	職場等が実施している健診を受診してください。		
	25～39歳の健診機会のないかた	香芝市内の指定医療機関	1,000円	保健センター TEL:77-3965 「香芝市 検診」で検索 🔍
特定健康診査	40～74歳の香芝市国民健康保険加入者	奈良県内の指定医療機関	無料	国保医療課 TEL:79-7528 「香芝市 特定健診」で検索 🔍
	40～74歳の社会保険加入者	集団健診は香芝市保健センター	加入する医療保険者(協会けんぽ・健康保険組合・共済組合など)が実施する特定健診を受診してください。	
後期高齢者健診	奈良県後期高齢者医療加入者	奈良県内の指定医療機関	500円	国保医療課 TEL:79-7528 「香芝市 後期 健診」で検索 🔍

あなたのご近所さんは特定健診を受けているかも?!

みんなで受けよう!!

