

特定健診を受診しましょう！



対象は、**40歳～74歳**の方です。



毎年受診しましょう。(通院中の方も対象)

気になる生活習慣はありませんか？

不健康な生活習慣



内臓脂肪の蓄積



突然死、要介護状態、認知症など、仕事や家庭に支障が生じるおそれ

メタボリックシンドローム



高血圧

高血糖

脂質異常

動脈硬化が進行・・・

心臓病

脳卒中

糖尿病
合併症

(視力障害・腎不全など)

中高年以降は、こういった生活習慣病だけでなく、さまざまな病気のリスクが高まります。

特定健診では、このような健康問題を解決します！

特定健診では、生活習慣病のリスクを早期に発見します。

特定保健指導では、健診結果を踏まえた運動習慣や食生活、喫煙といった生活習慣の見直しをサポートし、生活習慣病の予防・改善につなげます。

詳細は
裏面



特定健診・特定保健指導とは・・・

ここがポイント！



検査内容

メタボリックシンドロームに着目した検査が行われます



万全のサポート体制

1人ひとりの生活習慣病のリスクに応じた支援が受けられます

- ① 結果通知とサポート情報
健診結果と生活改善に役立つ情報のお知らせなどがあります。全員が対象です。
- ② 特定保健指導
健診結果から生活習慣病のリスクが高かった人には、専門スタッフ（保健師、管理栄養士など）が生活習慣を見直すサポートをします。

！ 医療機関への受診を勧められた場合は、必ず受診しましょう。

特定健診のお問い合わせ先

◎ 国民健康保険加入者

お住まいの**市町村役場**にお問い合わせください。

◎ 他の医療保険加入者・被扶養者

加入している医療保険の**保険者**にお問い合わせください。

※連絡先は、被保険者証を御確認ください。

がん検診 受診しませんか

あなたを含め日本人の**2人**に**1人**ががんになるといわれています。

検診を受診することで、**早期発見**につながります。

1年に1度はがん検診を受診しましょう。

※詳細は、お住まいの市町村役場にお問い合わせください。

山梨県保険者協議会

(事務局)

山梨県福祉保健部国保援護課

山梨県国民健康保険団体連合会

TEL : 055-223-1466

TEL : 055-223-2113