

# 40歳になったら 毎年、健診受けてね

自分や家族のために 特定健診  
毎年受けて 健康管理

75歳以上の皆様、65歳から74歳の方で一定の障がいがあり、  
広域連合の認定を受けている皆様は「ぎふ・すこやか健診」になります。  
お住まいの市町村にお問い合わせください。

# 特定健診とは…

メタボリックシンドローム (メタボ) に着目した健診で、**40歳～74歳**までの方が対象です。

## 主な検査項目

問診、診察、身長・体重・BMI・腹囲測定  
 血圧測定、検尿、血液検査

※医療保険者により検査項目が異なります。

# 特定健診を受けるとこんなに **お得!**

お得情報 1

## 健康にメリット

- 毎年受けることで**生活習慣病の予防と早期発見**ができます!

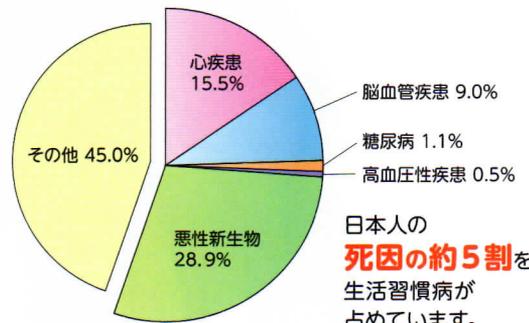


生活習慣病って…

心臓病、脳卒中、糖尿病、高血圧、脂質異常症、がん

※がん検診もあわせて受けましょう。  
 詳しくはお住まいの市町村にお問い合わせください。

死因別死亡割合



日本人の**死因の約5割**を生活習慣病が占めています。

出典：厚生労働省「平成26年人口動態統計」

お得情報 2

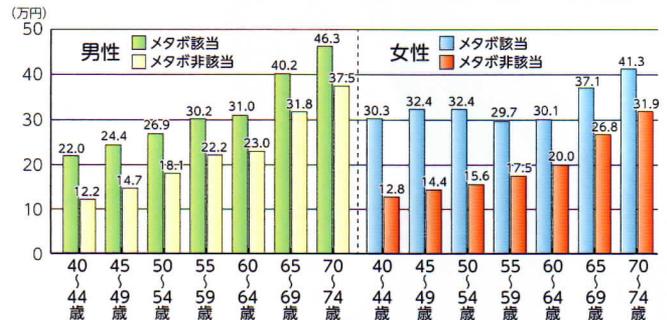
## 家計にメリット

- メタボでない人はメタボの人に比べて、**医療費が年間約8万円～18万円少ない!**
- 医療保険者の補助により、**手頃な負担で検査が受けられます!**



メタボリックシンドローム該当者と非該当者の医療費の差

平成21年度特定健康診査メタボ基準別平成22年度レセプト (医科・調剤・DPC) 総医療費



出典：厚生労働省「平成26年版厚生労働白書～健康・予防元年～」  
 図表2-2-43 メタボリックシンドローム該当者と非該当者の医療費の差  
 資料：「第7回保険者による健診・保健指導等に関する検討会 (平成24年2月24日)」より

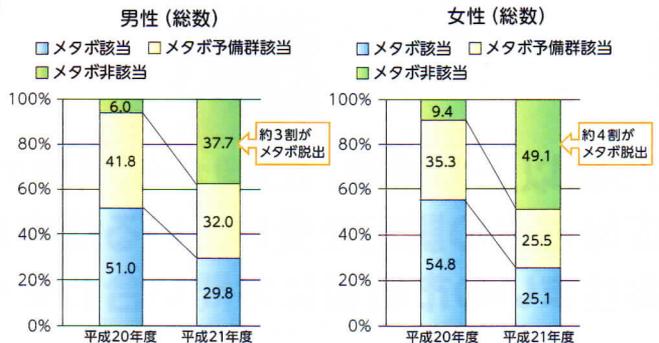
お得情報 3

## 生活改善にメリット

- 健康づくりのプロから**アドバイス**が受けられる!
- 保健指導 (積極的支援) により、**男性では約3割、女性では約4割がメタボから脱出!**



特定保健指導 (積極的支援) によるメタボリックシンドロームの改善状況について (平成20-21年度推移)



出典：厚生労働省「特定健診・保健指導の医療費適正化効果等の検証のためのワーキンググループ 中間取りまとめ (平成26年4月22日)」より

健診の受診方法、実施時期、費用については、保険証に明記の医療保険者へお問い合わせください。