

# 特定健診 特定保健指導

40歳から74歳までのすべての方が対象となります

## 福島第一病院 健康管理プラザ

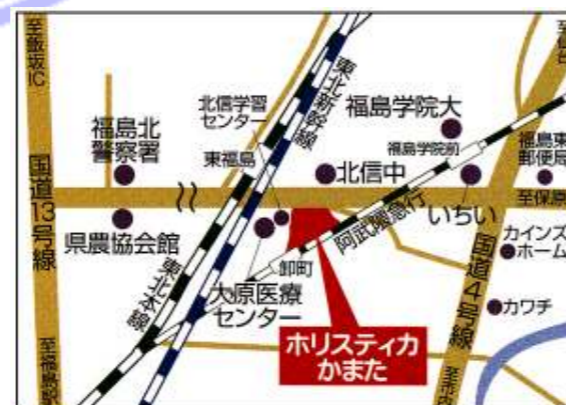
〒960-8251  
 福島市北沢又字成出 16-2  
 TEL024-557-5127  
 FAX024-557-5466  
 mail:kenshin@daiichihosp.jp  
 駐車場：200台

飯坂線  
 上松川駅・笹谷駅より徒歩5分

## 厚生会クリニック

〒960-0102  
 福島市鎌田字門文壇 4-1  
 TEL024-552-5315  
 FAX024-552-5676  
 mail:kenshin@holistica-kamata.jp  
 駐車場：150台

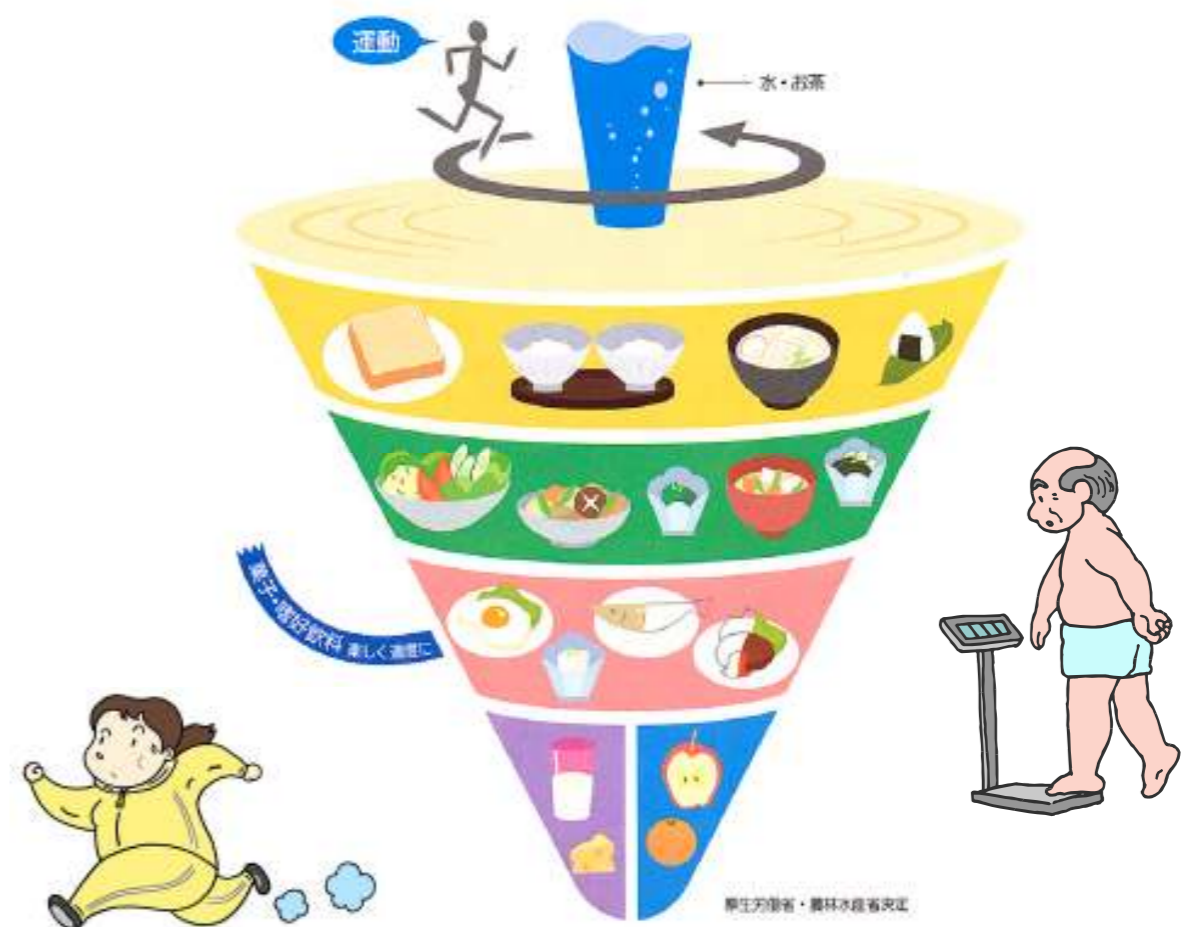
阿武隈急行線  
 卸町駅より徒歩5分



## 疾病予防施設 健康創造館 ホリスティカ



健康運動指導士による、メタボリック改善プログラムと実践的な運動指導



## 福島第一病院

日本医療機能評価機構認定・ISO9001認証

TEL 557-5127

## 厚生会クリニック

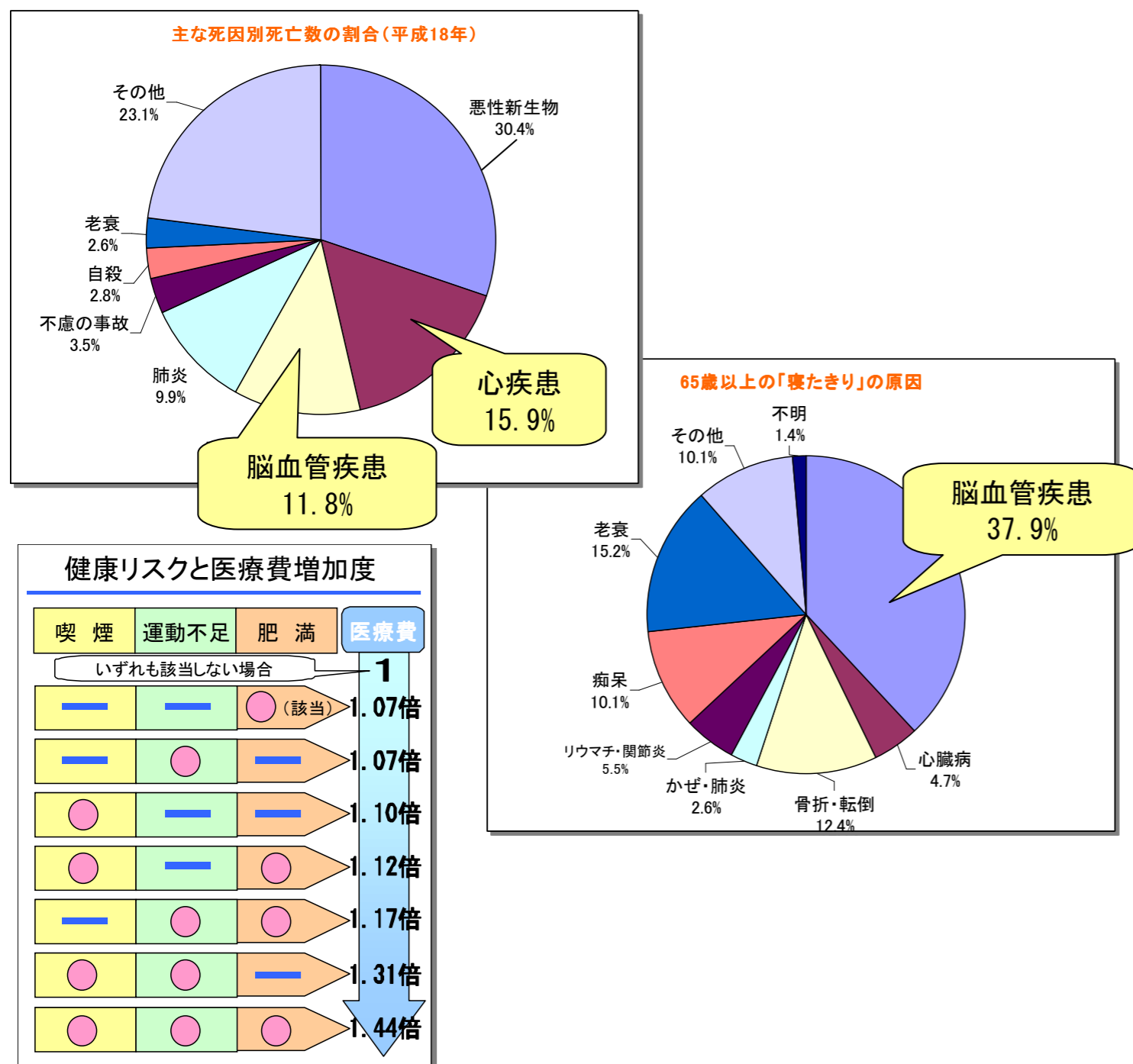
複合施設 ホリスティカかまた

TEL 552-5315

# 健診・保健指導がなぜ変わる？

日本人の生活習慣の変化・急速な高齢化などにより、近年、糖尿病等の生活習慣病の有病率・予備軍が増加し、それを原因とする死亡は、全体の約3分の1にもものぼると推測されています。日本人の死因の2位3位を占める心疾患・脳血管疾患の多くは生活習慣病による動脈硬化が原因と考えられています。

平成20年4月から始まる生活習慣病予防のための新しい健診・保健指導は、国民全体の生活の質（QOL）を向上させ、寝たきりになるのを予防し、健康寿命を延ばし、医療制度を持続可能なものにするための厚生労働省の大掛かりな取り組みです。



## 福島第一病院・厚生会クリニック

◆福島第一病院・厚生会クリニック(複合施設 ホリスティカかまた)では、特定健診並びに特定保健指導を実施します。

◆特定保健指導では、医師・管理栄養士・保健師・糖尿病療養指導士・健康運動指導士・サプリメントアドバイザー等のチームが、皆様の健康生活作りのお手伝いさせていただきます。スタッフ一同皆様をお待ちしております。

◆その他、各種検診・人間ドック・アンチエイジングドック等、両施設とも実施いたしております。

◆福島第一病院では、これ等健康管理に関する全てのお手伝いを「健康管理プラザ」(4月オープン)が担当いたします。

◆「健康創造館ホリスティカ」では、医師との連携により皆様方の健康状態に合わせた個別の運動メニューを作成し、「楽しく運動する」を目標に、各種マシンやスタジオを利用、運動指導を行っております。是非ご利用ください。

◆土曜日の午前中も健診・保健指導を受けられます。

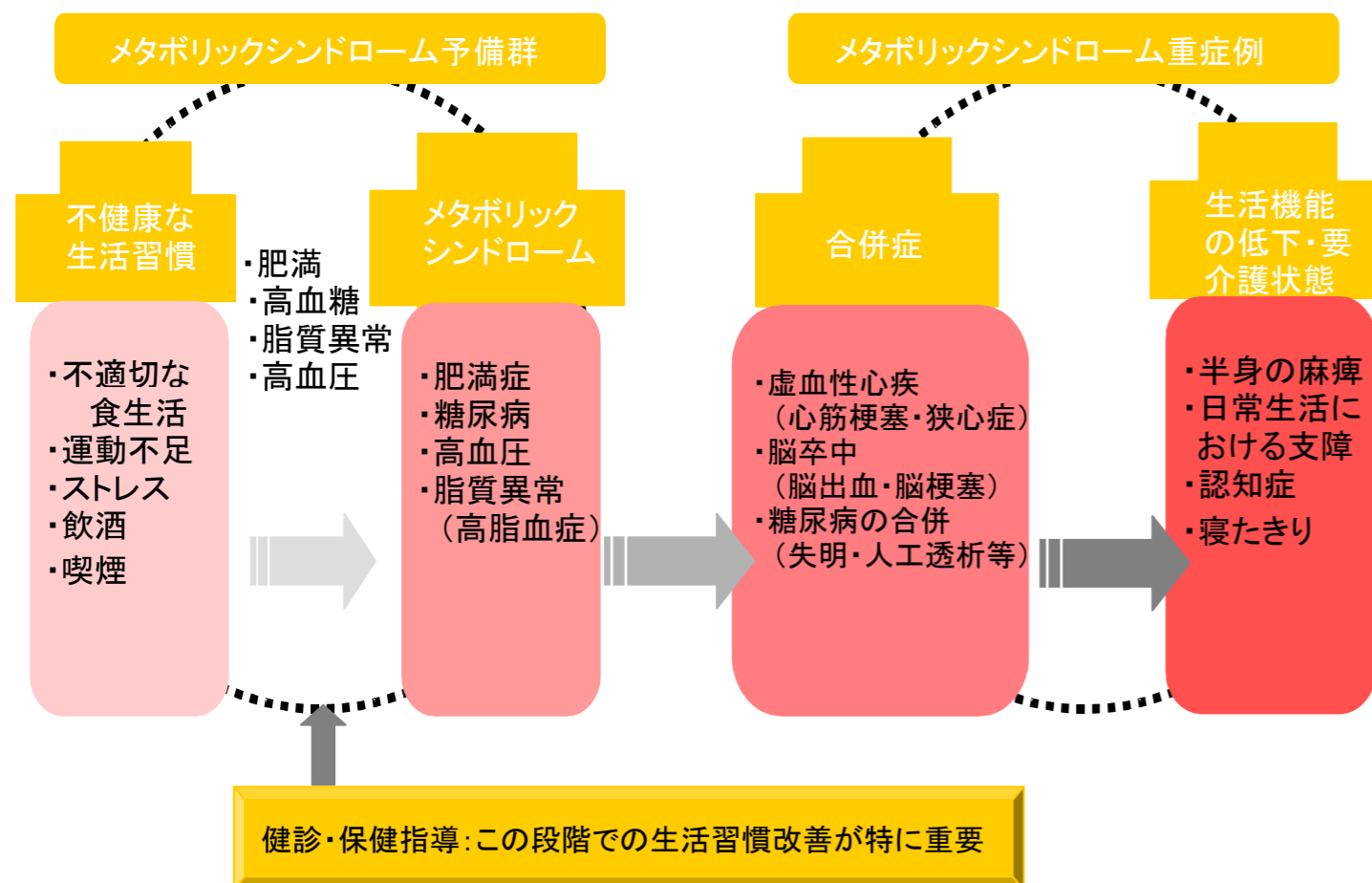
新しい健診・保健指導を積極的に利用し、適度な運動、バランスの取れた食生活を身に付けましょう

# メタボリックシンドロームに着目

今までの健診は、病気の早期発見・早期治療を目的としていましたが、新しい健診・保健指導はメタボリックシンドロームとその予備軍の生活習慣の改善をお手伝いするものです。腹囲測定・LDLコレステロールなどメタボリックシンドロームとその予備軍の人を発見するための健診項目が追加され、内臓脂肪を減らし生活習慣改善のための保健指導が加わりました。

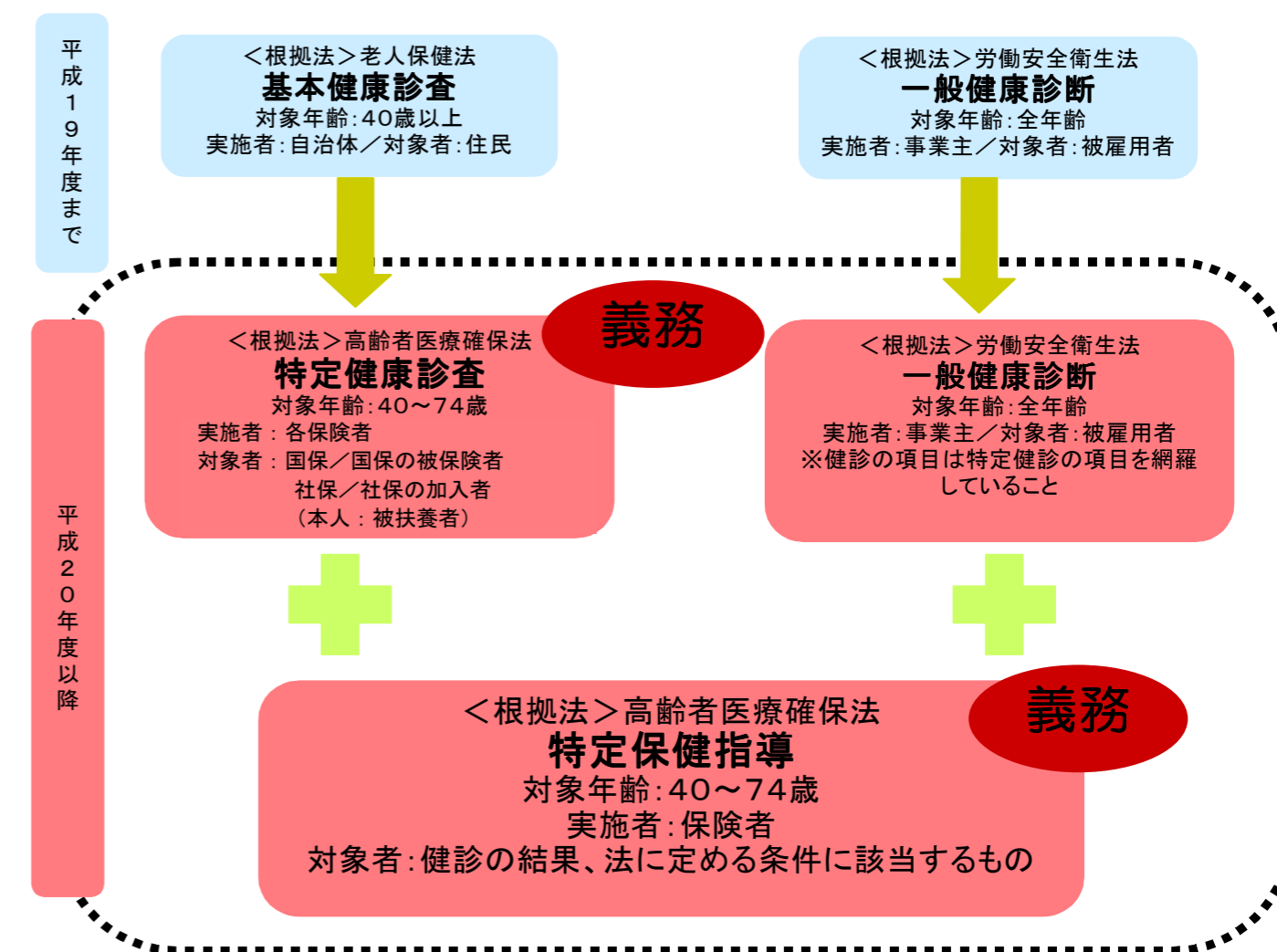
## メタボリックシンドロームは内臓脂肪症候群ともいいます

糖尿病・脂質異常症（高脂血症）・高血圧などの悪化にはお腹にたまる内臓脂肪が大きく影響します。たとえ病気が軽くても、まだ治療対象でなくても、生活習慣病が重なり合うと動脈硬化を急速に進行させることが分かってきました。メタボリックシンドロームを放置すると、動脈硬化がどんどん進行し、心筋梗塞や脳梗塞など命に関する重大な病気を引き起こす危険があります。生活習慣を見直して内臓脂肪を減らすことは糖尿病・脂質異常症（高脂血症）・高血圧などの生活習慣病を予防し改善できることに大きくつながるのです。



# これまでの健診との相違点は？

平成19年度までは、市町村が40歳以上の住民に対して、老人保健法に規定する基本健康診査（住民健診・一般健診）を行ってきましたが、平成20年度以降はこの部分が「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づく特定健康診査に変わります。また、新たに特定保健指導の実施が**保険者**の義務となったことも大きな変更点です。従来の基本健診は住民に対して自治体を実施するもので、特定健診等では実施者は**各保険者**になります。



## ◎75歳以上はどうなるの？

75歳以上の方の健康診査（後期高齢者健診）については、後期高齢者医療広域連合が実施主体で、市町村が実施いたします。具体的には、市町村から受診券が送付され、市町村と契約した医療機関で、個別に他のがん検診と一緒に受診できることになりました。

# 特定健康診査の流れ



# 特定保健指導の流れ

