

協会けんぽご加入の扶養者(ご家族)様へ

協会けんぽの

特定健康診査で健康チェック!



全国健康保険協会 茨城支部
協会けんぽ



茨城県



茨城労働局

検査内容(40歳~74歳の被扶養者[ご家族]の方)

身体計測	●身長 ●体重 ●腹囲 ●BMI
診察等	●視診 ●触診 ●聴打診 など
問診	●喫煙歴 ●飲酒習慣 ●服薬歴など
採血	●空腹時血糖またはHbA1c、隨時血糖
	●中性脂肪 ●HDLコレステロール ●LDLコレステロール
	●AST(GOT) ●ALT(GPT) ●γ-GT(γ-GTP)
血圧測定	●収縮期血圧 ●拡張期血圧
尿検査	●尿糖 ●尿蛋白

特定健診
(特定健康診査)は
メタボに着目した
大事な健診
なんだワン!

* 医師が必要と判断した場合、貧血検査、心電図検査、眼底検査、血清クレアチニン検査(eGFRによる腎機能の評価を含む)などを行うことがあります。



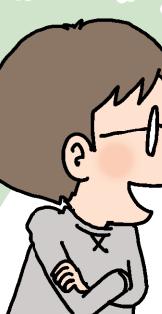
健診はね、
ママの健康状態が
チェックできる
年に一度の
チャンスなんだよ

さっか!! 我が娘!!
ママを大切に
思う気持ちは
パパよりだ
なー!!

頼いはママ似
で良かったけど
お…

ありがとね、
でもね…ママも
結構忙しいのよ

犬の
にす
は
か
わ



もしも
ママに何か
あつたら
……

寂しい生活…



家の中がぐらーく

仕事の張り…

仕事が
頑張れない

親子の会話…



一緒に買い物に行けない

お願い!
ママはウチの
元気のもとな!





健診の受け方も
**集団健診か
個別健診か選べるんだよ。**
どちらを受けるかで時期や
自己負担額が違うワン

おっほん

集団健診は土日も実施しているところもあるよ。
医療機関ならママの都合のいい時に受診できるね

	受けられる場所	時期
集団健診	お住いの市町村の保健センター、公民館など	指定あり
個別健診	県内約600の契約医療機関	通年実施

好きな方を
選べるって
いいわ！

でも、費用は
どうなってるの？

？

約7,000円相当の健診だけど、
**協会けんぽから補助が出るから
自己負担額*も抑えられて得だワン**

*集団健診：無料 個別健診：約1,600円
ただし、個別健診でも無料で受診可能な
医療機関もあります。

よしつ

家族の
ためにも…

今年から年に一度、
特定健診、受ける
ことにするわよ！

ママ、誕生
月って決めればうっかり忘
れることもないよ

もう一つ!!
大切なことが
あるワン!!

ナーニ?

ズバリ!!
がん検診だワン!

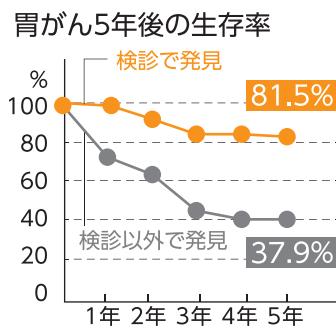
え!? がん検診?

健診は毎年受けましょ

!! うとう

がんって早期発見が 大切だワン！

特定健診とがん検診
は別物だから、両方
受けられる集団健診
がオススメ！



出典：茨城県地域がん登録事業（2006年）



特定健診の流れ

お手元に受診券(セット券)が届いたら、ご希望の健診日程を選び予約する。



予約した日時に健診会場へ。



**健診結果が届いたら
しっかり内容を確認!**

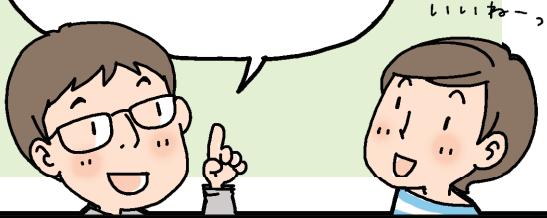
「**特定保健指導**」の対象になった人はしっかり活用して、生活習慣を見直すチャンスに活かします。



特定保健指導とは？

特定保健指導とは、保健師・管理栄養士等による健康づくりのサポートです。食事や運動について、専門的なアドバイスを行います。

**健診当日に特定保健指導を受けられる
健診機関もあるよ!**



**家族のために、
自分のために、
年に一度は必ず
健康チェックね**



1年に1回の健康習慣!特定健診を受診するんだワン!



お問い合わせ

 全国健康保険協会 茨城支部 保健グループ
協会けんぽ

ホームページアドレス <https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/ibaraki/>

住所 〒310-8502 水戸市南町 3-4-57 水戸セントラルビル

TEL 029-303-1584