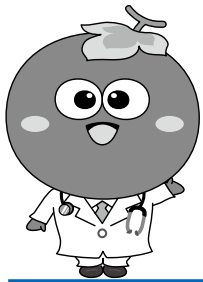


# 特定健診

～受けていますか？特定健診～

受けよう健診 守ろう健康

健やかな未来のために



## 特定健診、 思いきって受診してよかった！

直近3年で特定健診を未受診の方などに、任意で家庭訪問を行いました。未受診の理由は様々でしたが、市の保健師と話した後、受診に踏み切った皆さんからは、「思いきって受診してよかった！」という声をいただきました。受診された方の感想を要約してご紹介します。

羽曳野市国民健康保険に加入の40歳以上の方に、1年に1回特定健康診査(以下、特定健診)を実施しています。特定健診は、メタボリックシンドロームに着目した健診で、近年増えている糖尿病や高血圧などの生活習慣病の発症や重症化の予防を目的としています。

### ～初めての特定健診で、糖尿病が見つかった～

Aさん：40歳代 男性

「特定健診について知らなかったが、保健師にすすめられて受診。具合の悪いところはなかったのに糖尿病が見つかりました。健診結果をもとに病院で薬をもらい、日常生活でも食事に気をつけています。あのまま放置していたら・・・、と思うとゾッとします。特定健診を受けて本当によかったです。」



### ～自分の体の声にも耳を傾ける機会～

Dさん：50歳代 女性

「家族の介護にかかりきりで、自分のことを後回しにしてきました。なかなか家をあげられませんが、家族がデイサービスに行った時に思い切って受診しました。介護疲れのためか、間食の甘いものが楽しみでしたが、糖尿病であることがわかりました。病気が見つかりショックでした。でも、体が資本であり、健康でないと介護もできないと思いました。その後、間食を控え、苦手だったウォーキングをはじめたところ、病状もよくなってきています。」



### ～自分だけでは気づかない体の状態～

Bさん：50歳代 男性

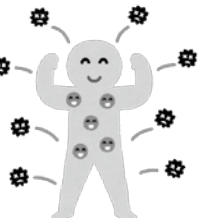
「病院がきらいで行きたくなかったけれど、特定健診の受診を勧められたので、近くの医院を紹介してもらい受診してみました。健診について丁寧な説明があり、先生も気さくで安心しました。結果、高血圧があることがわかり、今回健診を受けた医院の先生をかかりつけ医として、内服治療を始めました。」



### ～日頃の健康への心がけを、健診で確認～

Eさん：60歳代 男性

「病気一つしたことがなく、健康そのもの。なぜ特定健診を受けないといけなかがわかりませんでした。しかし、健康、健康と言っても示せるものがなかったので、健康である証明を得ようと受けてみました。結果はまったくの異常なし！正々堂々と健康だと言えます。これからも年に1回、特定健診を受けて自分の健康を検査結果で確かめるつもりです。」



### ～受診に心身のハンディは関係ない～

Cさん：60歳代 男性

「障がいのため、受診は不可能と思っていたが、障がいの有無にかかわらず受診できると知りました。思い切って受診したところ、医院の先生が親切で、困ることなく受診でき、検査結果もわかりやすく説明してもらいました。血糖値が高めということがわかり、間食を減らすなどの生活習慣に気を配るきっかけになりました。」



### ・・・メッセージ・・・

特定健診を受診することによって、生活習慣の改善や治療が必要な病気が見つかり、ショックを受ける方もおられます。しかし、そのまま気づかずに時が流れると、重症化して心身ともにつらい状況になってしまいます。早期の発見や治療により、医療費も抑えることができます。特定健診の受診をためらっておられる方も、ぜひ一度受診してみてください。



武庫川女子大学看護学部  
教授 和泉 京子

#### ●最後に・・・

特定健診は、大阪府内の実施医療機関で受診できます。特に、羽曳野市の市民健診を実施している医療機関で受診すると、追加項目検査(心電図・貧血など)を利用者負担の増額なく、同時に受診できます。(右表) 特定健診実施医療機関の一覧(受診券と一緒に送付)をご覧ください。

### ◆「特定健康診査(特定健診)」 および「羽曳野市民健診」の検査項目一覧

同時に受診可能

	特定健診	市民健診 ※市民健診のみの受診は不可	主に分かること
診察	問診・医師による診察(視触診)	—	—
計測	身体計測・腹囲測定 血圧測定	—	高血圧や低血圧の状態、肥満や痩せの状態、内臓脂肪の蓄積状態など
血液検査	脂質 中性脂肪、 HDL コレステロール LDL コレステロール	—	血液中の脂質の状態 動脈硬化の危険性など
	肝機能 AST (GOT) ALT (GPT)・γ-GT	ALP	肝臓の働きなど
	血糖 空腹時血糖・HbA1c	—	糖尿病の危険性など
	腎機能	血清クレアチニン	腎臓の働きなど
	貧血	ヘマトクリット 血色素量・赤血球 白血球・血小板・血清鉄	—
その他の検査	—	CRP 定量 血清アルブミン 尿酸・血清アミラーゼ	感染症などの炎症 栄養状態など 痛風・膵臓などの状態
尿検査	糖・蛋白の有無	潜血の有無	腎臓・膀胱 糖尿病の危険性など
心電図検査	—	心疾患の有無	心臓の働きなど

【問合せ】保険年金課 保健事業担当 ☎ 958-1111 内線 1761