

40歳～74歳の京都市国保加入者の方へ

特定健診の内容

検査項目に新たに腹囲(おなか周り)測定など、メタボリック・シンドロームに着目した内容が加わりました。特定健診の結果は、受診者全員に対して生活習慣の改善に関する基本的な情報とともに、概ね 1 ヶ月後に郵送します。

● 検査項目

問診・腹囲測定を含む身体測定・理学的検査(身体診察)・血圧測定・血液検査・尿検査 (必要と判断された方：心電図検査・眼底検査)

65歳以上の方(介護保険制度の要介護または、要支援を受けていない方)は、特定健康診査に加え、介護予防を目的とした生活機能評価(基本チェックリストなど)を受けていただきます。

● 持参するもの

- 京都市国民健康保険特定健康診査受診券
- 国民健康保険被保険者証
- 京都市国民健康保険特定健康診査受診票
- 基本チェックリスト(対象者のみ)

あらかじめ、受診票・基本チェックリスト(対象者のみ)を記入してください。

受診料金 40歳～64歳：500円
65歳～74歳：無料

健診結果表の判定
に保健指導対象の
記載がある場合

保健指導の内容

特定健診の結果にあわせて、メタボリック・シンドロームや特定保健指導の判定が記入されます。保健指導の対象者(動機付けまたは積極的支援の方)には、健康的な生活を送る為に、生活習慣の見直しや改善の為の取り組みを継続的に行う事ができるように、医師、保健師、管理栄養士などの専門家が、個人個人に応じたサポートを行います。

動機付け支援 (リスクが現れはじめた段階)

初回面接と、6ヶ月後の評価：健診結果から生活習慣を振り返り、改善点や実践していく行動などに気付き自ら目標を設定し、行動に移すことができるように支援をします。

積極的支援 (リスクが重なり出した段階)

初回面接と3ヶ月以上の支援ならびに6ヶ月ごの評価：健診結果から自分の生活習慣を振り返り改善点や実践していく行動などに気付き自ら目標を設定し、継続的に実行できるように支援をします。