

# 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

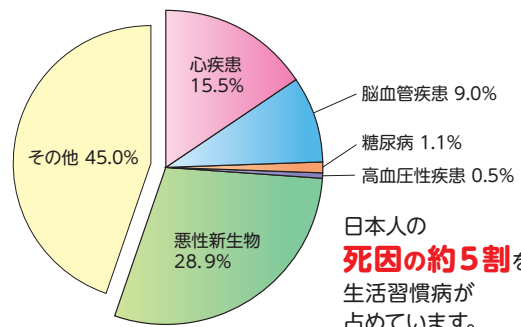
- 毎年受けることで**生活習慣病の予防と早期発見**ができます!



**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」

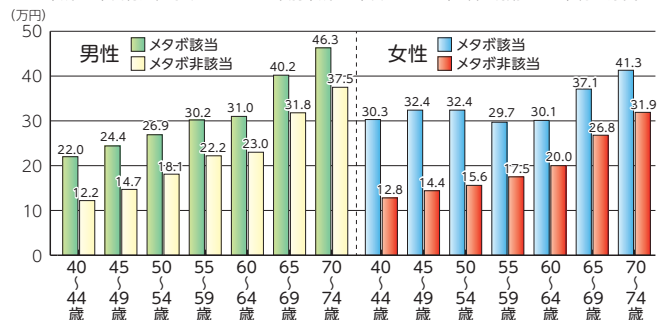
## お得情報 2 **家計** にメリット

- 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与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



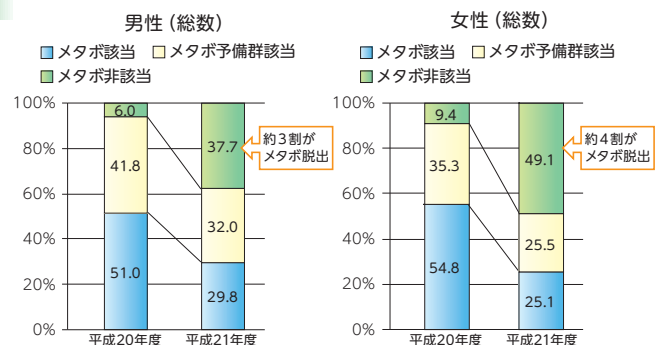
出典：厚生労働省「平成26年版厚生労働白書～健康・予防元年～」  
 図表2-2-43 メタボリックシンドローム該当者与非該当者の医療費の差  
 資料：「第7回保険者による健診・保健指導等に関する検討会(平成24年2月24日)」より

## 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。