

共済組合が実施する特定健康診査。 特定保健指導のご案内



平成20年度からメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した特定健康診査と特定保健指導を共済組合において実施します。

特定健康診査・特定保健指導とは？

平成20年4月から医療構造改革のひとつとして共済組合等の医療保険者が対象者(40歳から74歳までの組合員・被扶養者)に対して、内臓脂肪症候群の該当者およびリスク保有者を選定し、個別に保健指導を行うことが義務づけられました。

生活習慣病の予防を徹底することにより、生活習慣病予備群(将来的に生活習慣病の患者となる者)を減らし、将来的に医療費の増大を抑制することを目的とします。

ポイント

- 対象者は40歳～74歳までの組合員および被扶養者です。
〔任意継続組合員およびその被扶養者です。〕

ただし、次の場合は特定健康診査の対象となりません。

- ・ 年度の途中で他の保険者と当共済組合との間で異動があった者
- ・ 妊産婦
- ・ 刑務所入所中の者
- ・ 海外在住の者
- ・ 船員保険の被保険者のうち相当な期間継続して船舶内にいる者
- ・ 病院または診療施設に6月以上継続して入院している者
- ・ 法に定める障害者支援施設、養護老人ホーム、介護保険施設等へ入所している者
- メタボリックシンドロームに着目した健診項目です。
- 健診結果に基づき、特定保健指導を行います。

メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)とは？

メタボリックシンドロームは、動脈硬化を促進し、心筋梗塞や脳梗塞、糖尿病の悪化を招く要因とされており、

内臓脂肪型肥満を中心に、血圧値(高血圧予備群)、血中脂質異常(高中性脂肪血症と低HDL血症)、高血

糖(糖尿病予備群)のうちいずれか2つ以上該当すると、メタボリックシンドロームと診断されます。
特定健康診査でチェックされる検査数値は次のとおりです。

肥満のタイプ

- (1) 腹囲 男85cm以上、女90cm以上
- (2) 腹囲は該当しないが、BMIが25以上

特定保健指導の対象とならないのは次のいずれかの場合です。

- 高血圧、糖尿病、脂質異常症で服薬中の人の場合
- 腹囲も、BMIも該当しない人

階層化の追加リスク		単位	基準値	保健指導判定値
①血糖	空腹時血糖	mg/dl	～99	100～125
	HbA1c	%	～5.1	5.2～6.0
②脂質	中性脂肪	mg/dl	～149	150～299
	HDLコレステロール	mg/dl	40～	35～39
③血圧	収縮期	mmHg	～129	130～139
	拡張期	mmHg	～84	85～89

BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m)の2乗

	特定健康診査の受診方法	健診等の費用および助成
組合員	①事業所(所属所)の定期健康診断を受診する。	①自己負担……なし
	②共済組合が助成する人間ドックを受診する。	② ・助成額：20,000円 ・節目該当年齢(40歳～60歳まで5歳刻み)助成額：30,000円
被扶養者	①共済組合が発行する受診券で、指定の健診機関等で受診する。(※)	①自己負担……なし
	②共済組合が助成する人間ドックを受診する。	② ・助成額：13,000円 ・節目該当年齢(40歳～60歳まで5歳刻み)助成額：19,000円
	③パートタイマー等で勤務先の事業所が行う定期健康診断を受診される場合で、健診結果データの提供をいただけるのであれば、特定健康診査の受診があったものとみなします。その際は、 健診結果データを組合員の勤務する所属所を通じて共済組合に提出していただく ことになります。	③自己負担……なし
任意継続組合員 および その被扶養者	①共済組合が発行する特定健康診査受診券で、指定の医療機関等で受診する。	①自己負担……なし
	②パートタイマー等で勤務先の事業所が行う定期健康診断を受診される場合で、健診結果データの提供をいただけるのであれば、特定健康診査の受診があったものとみなします。その際は、 健診結果データを組合員の勤務する所属所を通じて共済組合に提出していただく ことになります。	②自己負担……なし

※特定健康診査を受診いただく健診機関等については、受診券を配布する際にお知らせします。

特定健康診査の受診方法

「職場の定期健康診断」や共済組合が指定する「人間ドック医療機関」、「特定健診機関」での健診は特定健康診査の検査項目が全て含んでおり、受診された方の健診データを事業主や健診機関等より共済組合に提出していただくことで、特定健康診査の受診があったものとみなします。

● 特定健康診査受診券

受診券は組合員の被扶養者、任意継続組合員およびその被扶養者に毎年発行され、当該年度内の有効となります。(組合員の被扶養者で共済組合が助成する人間ドックを受診される場合、人間ドックの検査項目に特定健康診査の検査項目が含まれていますので、特定健康診査を改めて受診いただく必要はありません。)

組合員の被扶養者の受診券は、平成20年6月中に所属所を經由して送付いたします。

なお、任意継続組合員およびその被扶養者の受診券は、共済組合から居住地へ送付いたします。

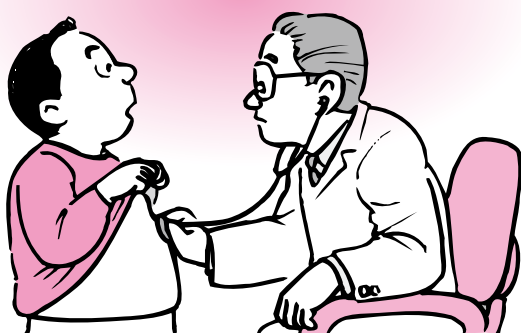
受診券には受診者氏名等が印刷されており、ご本人のみ使用できます。

受診券と共済組合が発行している組合員被扶養者証、任意継続組合員証、任意継続組合員被扶養者証を指定の健診機関等の窓口へ提出し、特定健診を受診していただきます。

なお、特定健康診査を受診する前に組合員の被扶養者、任意継続組合員およびその被扶養者の資格を喪失した場合には受診券が使用できませんので、受診券とお持ちになっている各証とあわせ共済組合に返納していただくことになります。

	特定健康診査の受診方法	特定保健指導の利用方法
組合員	①職場の定期健康診断を受診した場合	①職場が指定する場所にて指導を受ける。
	②共済組合が助成する人間ドックを受診した場合	②人間ドックを受診した健診機関等で指導を受ける。受診した健診機関等が特定保健指導を実施していない場合は、共済組合が指定するその他の健診機関等で指導を受ける。
被扶養者	①共済組合が発行した受診券で特定健康診査を受診した場合	①特定健康診査を受診した健診機関等で指導を受ける。受診した健診機関等が特定保健指導を実施していない場合は、共済組合が指定するその他の健診機関等で指導を受ける。(※)
	②パートタイマー等で勤務先の事業所が行う定期健康診断を受診した場合	②共済組合が指定する健診機関等で指導を受ける。
任意継続組合員 および その被扶養者	①共済組合が発行した受診券で特定健康診査を受診した場合	①特定健康診査を受診した健診機関等で指導を受ける。受診した健診機関等が特定保健指導を実施していない場合は、共済組合が指定するその他の健診機関等にて指導を受ける。
	②パートタイマー等で勤務先の事業所が行う定期健康診断を受診した場合	②共済組合が指定する健診機関等で指導を受ける。

※特定保健指導を受けていただく健診機関等については、利用券を配布する際にお知らせします。



特定保健指導については、次ページの生活習慣病の程度と階層化による保健指導レベルに基づき、共済組合が独自に特定保健指導対象者を抽出し、該当者に対して特定保健指導利用券を発行します。

● 特定保健指導利用券

健診機関等から提出のあった健診結果データを共済組合において階層化し、抽出した保健指導対象者に対して特定保健指導利用券を配布し、基本的には、健診を受診した健診機関等で特定保健指導を受けていただきます。(やむを得ない理由等により、健診を受診した健診機関等で指導を受けることができない場合は、共済組合が指定するその他の健診機関等で指導を受けることができます。)

特定保健指導の利用方法

生活習慣病の程度と階層化による保健指導レベル

STEP 1

肥満のタイプ

- 腹囲 男85cm以上、女90cm以上 (1)
- 腹囲は該当しないが、BMIが25以上 (2)

特定保健指導の対象とならないのは次のいずれかの場合です。

- 高血圧、糖尿病、脂質異常症で服薬中の人
- 腹囲も、BMIも該当しない人

生活習慣病の程度	太っていても健康	生活習慣病予備群	生活習慣病予備群
	以下、全て満たす場合	以下、どれか1つ該当	以下、どれか1つ該当

STEP 2

階層化の追加リスク		単位	基準値	リスク	保健指導判定値	リスク	受診勧奨判定値	リスク
①血糖	空腹時血糖	mg/dℓ	～99	0	100～125	1	126～	1
	HbA1c	%	～5.1	0	5.2～6.0		6.1～	
②脂質	中性脂肪	mg/dℓ	～149	0	150～299	1	300～	1
	HDLコレステロール	mg/dℓ	40～	0	35～39		～34	
③血圧	収縮期	mmHg	～129	0	130～139	1	140～	1
	拡張期	mmHg	～84	0	85～89		90～	

STEP 3

①～③の合計リスク個数 [A] 個 → 0個の人 → 情報提供

④現在の喫煙	リスク	
	あり	1
	なし	0

[A]+④のリスク合計 個

[A]が1個以上の関連リスク

※情報提供:健康づくりのための情報を提供します。
 ※動機づけ支援:1回の個別面接で生活習慣改善のアドバイスをを行い、半年後に実施状況を確認します。
 ※積極的支援:個別面接など具体的なアドバイスをを行い、半年後に実施状況を確認します。

	肥満タイプ			
	(1)		(2)	
	腹囲が 男85cm以上	女90cm以上	腹囲は該当しないが	BMI25以上
リスク数	40～64歳	65～74歳	40～64歳	65～74歳
1	動機づけ支援	動機づけ支援	動機づけ支援	動機づけ支援
2	積極的支援		動機づけ支援	
3	積極的支援		積極的支援	
4	積極的支援		積極的支援	

特定健康診査から特定保健指導への流れ

[被扶養者・任意継続組合員とその被扶養者]

