平成20年4月から　新しい健診制度
特定健康診査・特定保健指導がはじまりました！

これまで町がおこなっていた基本健康診査は、今年度から特定健康診査に変わります。

メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)とその予備群の人を早期に発見し、適切な保健指導により生活習慣病の予防を行います！

＜特定健康診査について＞

実施主体は？ → 各医療保険者が、加入している被保険者・被扶養者(家族)に実施します。

医療保険者 →
- ○ 組合管掌健康保険
- ○ 政府管掌健康保険
- ○ 国民健康保険
- ○ 共済組合　等

対象年齢は？ → 40歳から74歳までの方が対象となります。

検査項目は？ →
基本的健診項目：基本健康診査との大きな違いは腹囲測定が加わり、※総コレステロールがLDLコレステロールに変わったことです。
詳細な健診項目：心電図、貧血、眼底検査…これらは医師の判定により実施します。

※コレステロールとは血液中の脂質の一種です。
LDLコレステロールは、悪玉コレステロールともいい量が多くなると血管の内側に付着し、動脈硬化を進行させます。
総コレステロールは、LDL（悪玉）コレステロール、HDL（善玉）コレステロール等の総量です。

受診券はいつ頃来るの？ → 各医療保険者から受診券が送られてきますので、その受診券に記載されている事項を確認し受診してください。受診券が送られてくる時期は、医療保険者によって異なります。

奥出雲町国保の場合
・5月～6月に「受診券」「健診のご案内通知」「問診票」を送ります。

健診はどこで受けるの？　料金は？ → 健診は指定の健診機関で受診することになります。
健診料金(個人負担)は保険者によって異なりますので確認して下さい。

奥出雲町国保の場合
・健診は、6月に横田地域各地区コミセンで、6月・7月に奥出雲健康センターで集団健診を行います。(詳細は保健カレンダーをご覧下さい)
・健診料金(個人負担)は1,000円です。

＊国保以外の医療保険に加入されている方の被扶養者(家族)で、町の国保が実施する特定健診(集団健診)での受診を希望される場合は、事前に予約が必要です。受診希望日1週間前までに役場健康福祉課まで申し込みをお願いします。(健診日は保健カレンダーでご確認下さい。)

＜特定保健指導について＞

特定保健指導は、特定健康診査の結果から、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善による生活習慣病の予防効果が多く期待できる方に対して、生活習慣を見直すサポートを医療保険者が委託した保健指導実施機関が行います。

〔健診後から保健指導までの流れ〕

健診結果によりリスクの数で階層化

保健指導の必要性が低い人	保健指導の必要性が中程度の人	保健指導の必要性が高い人	要治療
すべての人に情報提供			
	動機づけ支援	積極的支援	受診勧奨

特定健康診査・特定保健指導を積極的に活用し、生活習慣病の予防と健康の保持増進に努めていきましょう。

奥出雲町特定健康診査等実施計画は、役場健康福祉課（仁多庁舎）、町民福祉係（横田庁舎）で縦覧できます。また、ホームページにも掲載します。

＜特定健康診査・特定保健指導に関する問合せ先＞
役場健康福祉課　国保係　　有線31－5121　電話54－2781

一般被保険者の方にもねんきん特別便を送付します。必ずご確認いただき、ご回答をお願いします。

平成１９年１２月以降、約５０００万件の未統合記録と基礎年金番号で管理されている記録との名寄せ（氏名、性別及び生年月日の突合せ）等を行い、その結果、記録同士が結びつくと推定される方々については、順次、加入期間及び加入履歴を記載した「ねんきん特別便」を送付しています。

平成２０年４月からはさらに送付対象者を拡大して、平成２０年４月から５月にかけては年金受給者の方へ、６月から１０月にかけてはすべての現役加入者の方へ送付します。

必らず年金履歴をご確認いただき、同封の封筒でご回答をお願いします。

ねんきん特別便のお問い合わせは

「ねんきん特別便専用ダイヤル」０５７０－０５８－５５５
ＩＰ電話、ＰＨＳからは「０３－６７００－１１４４」へお電話ください。
受付時間は、月曜日～金曜日の午前９時から午後８時までです。
社会保険事務所でも、６月末までの平日は午後７時まで窓口を延長して、相談を行っています。
休日明けは大変混み合いますので、比較的空いている午後５時以降のご利用をお勧めします。