



2019 9 月号

大阪自動車整備健康保険組合

保健師からのお手紙

平素より健康保険組合の保健事業に、ご理解とご協力を賜り厚く御礼申し上げます。
ご家族、とくに主婦の方は毎日家事や育児などで忙しく、つつい自分のことは後回しになりがちです。
しかし主婦が病気になって一番困るのは、周りの家族です。年に1度は、自覚症状が無くても健診を受けましょう。
また、あなたからもご家族に健診を必ず受けるよう勧めてあげてください。

必ず

ご家族も毎年健診を！

主婦も受けなきゃいけないの？
元気だし、忙しいわ！

特定健診の対象は、40～74歳の健保
組合加入者（本人・家族）全員です。

私が健診を受けなくても
誰にも迷惑かけないでしょう？

いいえ、特定健診と特定
保健指導実施率が低い
と、後期高齢者支援金の
額が加算されます。

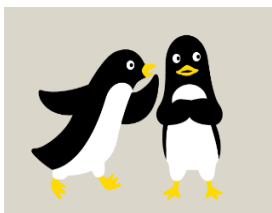
パート先で健診を受けてるけど
また受けないとけないの？

健診結果のコピーを当健保組合に送って下さい。

特定健診を受診したことになります
ので、ぜひご協力下さい。

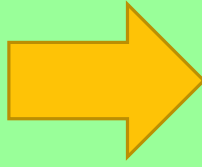
Ⓣ特定健診や特定保健
指導を受けないと
保険料アップにつなが
ります。

耳寄り情報



2019年度中に40歳、50歳、60歳になられるご家族の方は、
本年度の特定健診を無料で受けることができます。
40歳以上ならそれ以外の方でも、自己負担1000円で約7000円相当の
特定健診が受けられます。
詳しくは健保組合まで、お問い合わせ下さい。

病気を見つける健診



予防のための健診へ



多くの女性は更年期前後になると、ホルモンの関係で脂肪の蓄積、血糖値の増加、脂質異常など体内の変化が起きてきますが、健診を受けなければわかりません。いわゆる生活習慣病は自覚症状がほとんどないので、**健診で数値の変化を見続けること**が病気を予防するためには不可欠です。

やせていても高血圧・糖尿病などのリスクの高い人もいますので、やせているから受けなくてもいいことにはなりません。

がん検診を受けていても目的が違いますので、特定健診を受ける必要があります。

また、病院にかかっている医療機関の検査で必要な検査項目が不足している場合は、特定健診を受ける必要があります。



特定健診で受ける検査

血液一般*

赤血球 色素 ヘマトクリット値

貧血

肝機能

AST(GOT) ALT (GPT)

γ-GT(γ-GTP)

肝臓病

腎機能

血清クレアチニン(eGFR)*

尿蛋白

腎臓病

その他*

眼底検査 心電図

診察

問診



肥満度

身長 体重 BMI 腹囲

糖尿病

高血圧

脂質異常症

循環器系

血圧 心電図* 眼底*

動脈硬化

心臓病

糖代謝

尿糖 空腹時血糖 HbA1c

糖尿病

脂質

中性脂肪 HDL コレステロール

LDL コレステロール (又は Non-HDL コレステロール)

脂質異常症

※医師の判断に基づき実施

私も
毎年、特定健診を
受けなきゃね！！



家族のためにも
受けてくれよ！

<ご質問・お問い合わせ先> 〒542-0066 大阪市中央区瓦屋町 2-3-1 岸和田第3ビル 3F 大阪自動車整備健康保険組合

医療費適正化対策室 保健師：上田 阪本 TEL 06-6762-6371 FAX 06-6763-1800

バックナンバーはホームページで <http://www.oj-kenpo.com>