



2015.7

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お礼を申し上げます。
今回は、**健診**について、考えてみたいと思います。
「年に一度は、健診を」とよくいわれますね。当健保組合でも、健診を勧めています、
いろいろ種類があって（半日ドック、生活習慣病予防健診、特定健診、オプション検査）、
どの健診、どの検査を受けたいのでしょうか？

一般健診と人間ドックはどこが違う？

健康診断には、法律で毎年受けることが義務づけられているいわゆる「一般健康診断」（一般健診）と、人間ドックのようにより多くの検査項目を詳しく調べる健康診断があります。

「労働安全衛生規則」という法律では事業主に対し、一定の項目の健康診断を年に1回実施することを義務づけており、一般健診として受けておられる方が多いのではないのでしょうか。

また2008年から始まった「特定健康診査」（特定健診）はメタボリックシンドロームに特化した健康診断で、医療保険者（健康保険組合、協会けんぽ、共済組合など）に義務づけられました。

特定健診はそれまでの被保険者だけでなく被扶養者（家族）も対象（40歳以上）です。

人間ドックは一般健診より検査項目が多く、腹部超音波検査や内視鏡検査、眼底検査などが含まれています。近年は検査法や診断機器の進歩に伴い、コンパクトに短時間で効率的に検査を受ける半日ドックへと変わりつつあります。

一般健診には早期発見が有効ながん検診の項目がほとんど欠如している

一般健診には胸部レントゲン検査以外、がん検診の項目がほとんどありません。がん検診では、頻度が高く

がん検診	厚生労働省がすすめる検査法	オプション検査(当健保)
胃がん	胃透視検査	ピロリ菌検査
大腸がん	便潜血反応	
肺がん	胸部レントゲン（＋喀痰細胞診）	
乳がん	マンモグラフィ	マンモグラフィ又は超音波検査
子宮がん	頸部細胞診	頸部細胞診、体部細胞診
肝がん		肝炎ウイルス
前立腺がん		PSA検査

（罹患率が高く死亡率も上位）
早期発見が有効ながんとして
胃がん、大腸がん、肺がん、乳がん、子宮頸がんの5つあげられます。
当健保組合でも、がん検診のオプション検査として左記の各検査1000円を限度額として、補助しています。

どのような健康診断を受けていけばよいか？

大阪自動車整備健康保険組合が、補助の対象とする健康診断			
健診コース	A 特定健診（40歳以上の家族）	B 生活習慣病予防健診（本人、家族）	C 半日ドック（本人、家族）
個人負担金	1,000円	7,000円	25,000円
主な検査	問診、診察、身長体重、腹囲 BMI、血圧 尿（蛋白、糖） 血液（GOT、GPT、γGTP、 中性脂肪、HDL、LDL、 HbA1c、空腹時血糖） ※どこで受けても同じ	A 特定健診に追加して 視力、聴力、心電図、便潜血、 胸部レントゲン、胃バリウム 血液（腎機能、貧血、他詳細な検査）など ※健診機関により内容が違ふ	A 特定健診に追加して B 生活習慣病予防健診に追加して 眼底、眼圧、胃カメラ可あり、 超音波エコー、尿検査（詳細な検査）、 血液検査（より詳細な検査）、 保健指導、お食事等 ※健診機関により内容が違ふ

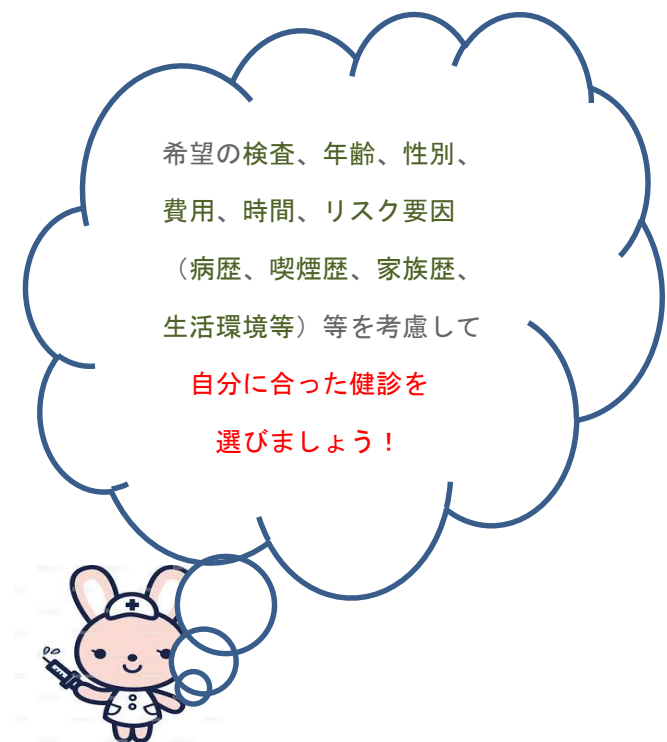
一般健診より、人間ドックのようにがん検診の項目を含んだ健診を受けていくことは、働き盛りに多く見られるがんの早期発見、治療に有効ですが、一般健診に比べ費用がかかることも事実です。

それぞれの検査の有用性だけでなく、検査に伴う不利益（再検査に伴う金銭的・時間的負担や結果に対する精神的不安など）も考慮に入れて今後の健康診断の検査項目を設定する必要があります

特にがん検診は、お住まいの市町村において、自己負担が少なく受けられるようになっています。該当年齢の方は、これを利用されるのも一つの手段だと思います

健康診断は毎年、できれば同じ施設で受けよう

施設によって検査値の基準が異なることがありますし、画像診断である胸部レントゲン検査や腹部超音波検査などは前回の画像と比較することが大事だからです。



健保組合と契約の健診機関の所在地、検査項目、オプション検査費用の一覧表がホームページで閲覧できるようになりました。

<ご質問・お問い合わせ先>
〒542-0066 大阪市中央区瓦屋町2丁目11番16号
TEL 06-6762-6371 FAX 06-6763-1800
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 阪本 妙・保健師 西本 亜子
※相談開設日：火・木曜日