

# 健康だより



## 健康診断受けていますか？

健康診断の目的は病気の早期発見・治療や予防です。これは、自分の健康だけでなく、大切な家族や日々の生活を守ることに繋がります。健康診断は年に1回、必ず受診しましょう。

## 健康診断・人間ドックの違いって？

一般の健康診断では、その年代に必要な検査（約15～30項目）を行うのが一般的です。一方、人間ドックで選択できる検査項目は50項目以上に及び、より多くの検査結果から診断することが可能です。

ちなみに、人間ドックの「ドック」は船を点検・修理するためのドック（dock）に由来するといわれています。

## 40歳以上の方は特定健診♪

「特定健康診査」は「メタボ健診」とも呼ばれ、糖尿病や脂質異常症といった生活習慣病のリスクに早めに気づくことで、重症化を防ぐことを主な目的としています。そのため、一般の健康診断と検査項目が若干異なります。

契約医療機関で建設職能国保発行の利用券を使用し人間ドックを受診した場合…

特定健診を受診したことになります。最大25,000円（従業員、年金事務所にて健康保険被保険者適用除外承認を得た家族被保険者は20,000円）の費用補助を行っています。

契約医療機関以外で健康診断や人間ドックを受診した場合…

特定健診の項目を含む場合は、特定健診を受診したことになります。また、申請書に健診結果の写しと領収書を添付しご提出いただくことで費用補助を行っています。ぜひ制度をご活用ください。

## 何を調べるの??わかりにくい検査項目を紹介します



### 胸部X線

背中から胸にX線（レントゲン）を照射して画像を撮影し、肺や心臓大動脈などに異常がないかを調べます。

### 上部消化管X線

造影剤（バリウム）を用い食道・胃・十二指腸を映像化し、その壁面を検査します。

### 尿検査

たんぱくや糖、潜血が出ているかを調べ、腎臓などの異常を見つけます。

### 心電図

心臓の筋肉に流れる電流を体表面から記録する検査です。心臓の筋肉の異常や不整脈、心肥大、冠状動脈の様子などがわかります。

**健康診断は、結果を確認することが大切です。基準値からはずれている項目がある人や、前回より悪化している場合は特に注意が必要です。健診結果をもとに、生活習慣を改善していきましょう。**



建設職能国保



ホームページをぜひご覧ください♪

人間ドック等の助成について→ホームページ内 **保健事業**

健康診断の検査値や基準値について→ホームページ内 **健康サポート**

参考文献 厚生労働省 健診・保健指導のあり方 / 日本人間ドック・予防医療学会 検査表の見方 / 北里大学北里研究所病院予防医学センター 人間ドックとは