

# Dr. 中路の健やか通信 (其の66)

健やか協力隊長  中路 重之

第66回 健診（その2）：特定健診（メタボ検診）など

❖健診を通じて健康の勉強を！



市町村であれ企業であれ年に一回は内科の健診があります。市町村では特定健診（メタボ健診）、企業では定期健診などと呼ばれます。健診の内容はほぼ同じです。メタボリックシンドロームのチェック（肥満、糖尿病、脂質異常症、高血圧）が中心で、肝臓、腎臓、尿酸、心電図、胸のエックス線写真などが適宜加わります。

以下に市町村が行う特定健診と企業が行う一般健診（定期健診）について説明します。

## ① 特定健診

「メタボ健診」とも呼ばれる特定健診の対象は40歳以上75歳未満の保険加入者で、主体は国民健康保険や健保組合等の保険者です。その結果、生活習慣に問題があると判断された人は保健師さんなどから保健指導を受け、生活習慣の改善に取り組みます。

特定健診の診断項目は、以下の通りです。

- 診察
- 問診
- 身体計測（身長・体重・BMI・腹囲）
- 血圧測定
- 血中脂質検査（中性脂肪、HDL コレステロール、LDL コレステロール）
- 血糖検査（空腹時血糖、HbA1c）



- 肝機能検査（GOT、GPT、 $\gamma$ -GTP）
- 尿検査（尿糖、尿蛋白）

医師が必要だと判断した場合には、以下の検査も行います。

- 心電図検査
- 眼底検査
- 貧血検査（血色素量及び赤血球数）
- 腎機能検査（クレアチニン、eGFR）

## ② 企業での一般健診(健康診断)

一般健診とは職種・業種を問わず、全ての労働者への実施が義務付けられている健康診断です。法の定めにより、事業者は労働者に対して医師による健康診断を実施しなければなりません。企業が行う健康診断の費用は企業負担です。

検査項目はおおむね以下のようです。

- 既往歴及び業務歴の調査
- 自覚症状及び他覚症状の有無の検査
- 身長、体重、腹囲
- 視力及び聴力の検査
- 胸部エックス線検査
- 血圧測定
- 貧血検査（血色素量及び赤血球数）
- 肝機能検査（GOT、GPT、 $\gamma$ -GTP）
- 血中脂質検査（HDL コレステロール、LDL コレステロール、血清トリグリセライド）
- 血糖検査



- 尿検査（尿糖、尿蛋白）
- 心電図検査



私がお勧めしたいのは、健診の結果を単なる合格・不合格判定としてとらえるのではなく、送られてきた結果表の内容を、インターネットなどでその検査項目の意味を調べることです。せっかくの健診結果ですから。



11/9(土)  
あおもり QOL 健診フェア (サンロード青森)



中路先生の健康に関するトークステージもありました◎



中路先生とあぷたん♪



フェア終了後・・・

第8回青森県医学会県民公開講座が行われます。  
**QOL 健診が無料でできる機会です。**  
是非お申込ください。(先着 80 名)  
◇令和 6 年 12 月 7 日(土)  
※お問い合わせ先 青森県医師会 017-723-1911

