

# 令和3年度 医師国保組合健康診断のご案内

平素より当組合の事業運営につきましましては、ご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、当組合では、例年、医師国保の組合員を対象として健康診断の補助を実施しております。本年度も下記の要領にて実施いたしますので、是非、受診くださいますようお願い申し上げます。

また、対象者の中で40歳～74歳の方につきましては、医師国保で指定した項目の健診と併せて特定健康診査(以下:特定健診)の受診をお願いいたします。

事業所のご担当者様におかれましては、該当の方に健診用紙等をお渡しくださいますようお願い申し上げます。



## 記

実施期間	令和3年5月～令和4年3月
対象者	3ページの対象者欄に記載している方が対象です。
健診項目	特定健診(受診券を使用:40歳～74歳の方のみ)と医師国保健康診断表に指定している項目です。詳細は2ページをご覧ください。
健診場所	自院や県内であればどの医療機関・健診機関でも構いませんが、特定健診の受診は、別添の「令和3年度特定健康診査・特定保健指導実施機関一覧表」に記載されている医療機関のみとなっています。
健診の予約	ご自身または事業所より、直接、医療機関・健診機関へご予約ください。
健診の際持参する物	3ページの健診機関へお持ちいただく物の欄をご覧ください。
健診費用	無料です。健診対象者の方の自己負担はございません。
請求方法	健診を実施した医療機関等からの健診料金のご請求は、特定健診分は国保連合会へ電子媒体で、医師国保健診用紙分は医師国保へ郵送にてご請求ください。2ページをご参照願います。

## 受診できる健康診断の項目

組合員の種別や加入年度で受診できる検査項目が違います。詳しくはご自身が該当する医師国保健康診断表（色つきの用紙）の項目をご覧ください。

	受診できる健康診断の項目
40歳未満	<p><b>医師国保健康診断表に記載されている項目</b></p> <p>身体計測/視力/聴力/血圧/胸部X線検査/胃部X線検査又は胃部内視鏡検査                      腹部超音波検査/心電図検査                      血中脂質検査(総コレステロール・HDLコレステロール・LDLコレステロール・中性脂肪)                      肝機能検査(GOT・GPT・γ-GTP・ALP)/血糖検査                      血液検査(ヘマトクリット・ヘモグロビン・赤血球数・白血球数・尿酸・クレアチニン・eGFR)                      尿検査(糖・蛋白・潜血)/便潜血/子宮がん検査/乳房触診(エコー可)</p>
40歳～74歳	<p><b>特定健診(受診券が必要)の項目と医師国保健康診断表に記載されている項目</b></p> <p>●特定健診分                      身体計測/血圧/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)                      肝機能検査(GOT・GPT・γ-GTP)/血糖検査/尿検査(糖・蛋白)                      貧血検査(赤血球数・色素量・ヘマトクリット値)/心電図検査/眼底検査                      血清クレアチニン及びeGFR</p> <p>●医師国保健康診断表分                      視力/聴力/胸部X線検査/胃部X線検査又は胃部内視鏡検査/腹部超音波検査                      血液検査(ヘマトクリット・赤血球数・白血球数・ヘモグロビン・尿酸・総コレステロール・ALP)                      尿潜血/便潜血/子宮がん検査/乳がん検査(エコー・マンモグラフィ)</p>

## 健康診断を実施した医療機関からの請求方法

### ●医師国保健康診断表の請求

用紙に健診結果・請求金額等を記入されて医師国保宛郵送してください。  
 請求金額は診療報酬の点数あるいは健診機関で指定の料金設定があればその金額で請求してください。質問票は、当組合への提出は必要ございません。

### ●特定健診分の請求

国保連合会へ電子媒体にて請求をお願いします（特定健診は特定健診実施機関でのみ実施できる健診です）。特定健診の請求金額は集合契約※での契約金額でお願いします。

※集合契約：大分県医師会（特定健診実施機関の取りまとめ機関）と  
 保険者 { 医師国保組合（代表は健康保険協会大分支部） } との間で交わされている特定健診等の契約。

お問い合わせ先

〒870-8563 大分市大字駄原 2892-1  
 大分県医師国民健康保険組合 TEL 097-532-0041

対象者	健診場所	健診機関へお持ちいただく物	健診項目
医師組合員とその配偶者 (40歳未満)	県内であればどの医療機関・健診機関でも構いません。 (自院でも可)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・被保険者証</li> <li>・医師国保健康診断表(黄色の用紙)</li> </ul>	医師国保健康診断表に指定している項目。
従業員組合員 (40歳未満)		<ul style="list-style-type: none"> <li>・被保険者証</li> <li>・医師国保健康診断表(もも色の用紙)</li> </ul>	
医師組合員 (40歳～74歳)	特定健診は、特定健診実施機関にて。それ以外(医師国保健康診断表に記載されている健診)は、県内であればどの医療機関・健診機関で受診されても構いません。出来れば同一の医療機関・健診機関での受診をお願いします。 (自院でも可)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・被保険者証</li> <li>・医師国保健康診断表(むらさき色の用紙)</li> <li>・特定健康診査受診券</li> <li>・質問票</li> </ul>	特定健診と医師国保健康診断表に指定している項目。
医師組合員の家族 (40歳～74歳)		<ul style="list-style-type: none"> <li>・被保険者証</li> <li>・医師国保健康診断表(むらさき色の用紙)</li> <li>・特定健康診査受診券</li> <li>・質問票</li> </ul>	
従業員組合員 (40歳～74歳)		<ul style="list-style-type: none"> <li>・被保険者証</li> <li>・医師国保健康診断表(みず色の用紙)</li> <li>・特定健康診査受診券</li> <li>・質問票</li> </ul>	
従業員組合員の家族 (40歳～74歳)	特定健診を実施している医療機関・健診機関。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・被保険者証</li> <li>・特定健康診査受診券</li> <li>・質問票</li> </ul>	特定健診のみ。
令和3年4月2日以降に加入された医師組合員とその配偶者	県内であればどの医療機関・健診機関でも構いません。 (自院でも可)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・被保険者証</li> <li>・医師国保健康診断表(オレンジ色の用紙。40歳未満の方は黄色の用紙でも構いません)</li> </ul>	医師国保健康診断表に指定している項目。
令和3年4月2日以降に加入された従業員組合員		<ul style="list-style-type: none"> <li>・被保険者証</li> <li>・医師国保健康診断表(みどり色の用紙。40歳未満の方はもも色の用紙でも構いません)</li> </ul>	

\* 40～74歳の方でも令和3年4月2日以降に医師国保に加入された方は、特定健診は受診できません。医師国保健康診断表の新規加入者対象用紙で受診されてください。令和4年度からは特定健診受診可能となります。

\* 現在年齢が39歳の方でも令和4年3月31日までに40歳になられる方は特定健診該当者になり受診券が発行されていますので特定健診をお受けください。

\* 従業員組合員のご家族は、特定健診のみの補助となります(令和3年4月2日以降に加入の方は、加入年度の令和3年度は補助の対象といたしておりません)。

# 特定保健指導をご利用ください

## 特定保健指導について

特定保健指導とは、40歳から74歳までの方が特定健診を受診後、生活習慣の改善が必要な方に保健師や管理栄養士などの専門家が行う保健指導（健康相談）のことです。対象者の方は、無料で受けることができます。

特定健診の結果、改善が必要な方に特定保健指導を受けるための利用券を送付しますので、重症化する前に、是非特定保健指導をご利用ください。

別添の「令和3年度特定健診・特定保健指導実施機関一覧表」に実施機関が記載されています。（特定健診当日に利用券が無くても特定保健指導が受けることができる実施機関もあります）

## 特定保健指導の対象者や内容について

腹囲または  
BMI※で  
肥満と判定

※BMI=体重(kg)÷身長(m)  
25以上で肥満と判定

+

血糖に異常

空腹時血糖（または随時血糖）  
100mg/dL以上  
HbA1c 5.6%以上のいずれか

血圧に異常

収縮期血圧 130mmHg以上  
拡張期血圧 85mmHg以上  
のいずれか

脂質に異常

中性脂肪値 150mg/dL以上  
HDLコレステロール 40mg/dL未満  
のいずれか

+

喫煙習慣がある

喫煙は動脈硬化の  
直接の原因にもなります

リスク小

リスク中

リスク大

情報提供のみ

## 特定保健指導

### 動機付け支援

メタボのリスクが出現しはじめた人です。自分の生活習慣の改善点に気づき、目標を設定して行動に移すために必要なサポートが受けられます。原則1回の保健指導が行われます。



### 積極的支援

メタボのリスクが重なっている人です。健診の判定を改善するために、実践できる目標を設定し行動するための継続的なサポートが、3~6か月間受けられます。

