

# 全ては体のチェックから!特定健診のご案内

## 生活習慣病予防のために今年も特定健診を受けましょう!

特定健診を受けることで、現在の体の状態を把握できます。  
年に1度のメンテナンスとして必ず受診し、体からのサインを確認しましょう。



### 令和7年度特定健康診査のご案内

**対象者** 40歳～74歳の国民健康保険加入者

**期間** 令和8年3月31日(火)まで

**費用** 無料

**予約方法** 実施医療機関へ予約し、  
受診券・マイナ保険証または資格確認書を持って  
受診してください。  
※受診券がない場合は、下記へお問い合わせください。



医療機関リストは  
こちらからアクセス

**お問い合わせ** 北中城村役場 健康保険課 TEL: 098-935-2267



### 生活習慣病とは

主に**糖尿病**、**高血圧症**、**脂質異常症**を言います。生活習慣病は、  
自覚症状がないうちから徐々に進行していき、気づいたときには症状が  
かなり悪化していることもあります。重症化を防ぐために、早めの通院・  
治療が必要です。

北中城村役場 健康保険課

〒901-2392 沖縄県中頭郡北中城村字喜舎場426番地2

料金別納  
郵便

親展

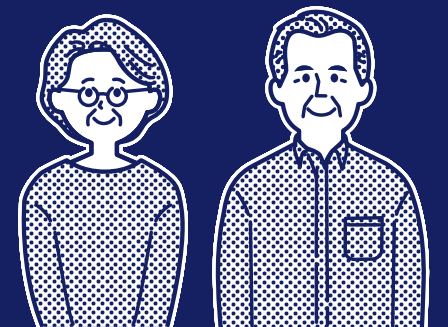
このご案内は、令和6年度の**健診結果等**を  
参考にお送りしております。



**健康に関するお知らせです。**  
**必ずご確認をお願いいたします。**

### ❗ 中面をご確認ください

中面であなたが受けた健診の結果をお知らせして  
います。各項目の数値をご確認いただき、生活習慣  
の改善と健康づくりに努めましょう。



令和7年度12月・1月にお電話させていただくことがございます。  
お体の状態等についてお話を聞かせください。

※お電話につきましては、北中城村が委託している保健指導実施機関の保健師または看護師からいたします。

**委託先** 株式会社データホライゾン健康管理部 TEL: 0120-389-383

個人情報は「個人情報の保護に関する法律」に基づき適切に取扱い、目的外利用はいたしません。

お問い合わせ先

北中城村役場 健康保険課

TEL: 098-935-2267

# 今年度も特定健診を受けて、 自身で通院するかどうか判断せず、必ず医師に相談してください。



あなたが受けられた昨年度の特定健康診査において  
**基準値を超える数値がありました。**

※ 基準値：厚生労働省の受診勧奨判定値。



あなたの数値（令和00年00月00日）

😊 基準値内です ☹️ 医療機関への相談が必要です

関連する生活習慣病	検査項目	基準値内	かかりつけ医に要相談	検査結果	
				検査値	状態
糖尿病 （てんこうびょう）	HbA1c (NGSP) (%)	6.5以上		5.7 %	😊
	空腹時血糖 (mg/dL)	126以上		*** mg/dL	***
高血圧症 （こうけつしん）	最高血圧 (mmHg)	140以上		162 mmHg	☹️
	最低血圧 (mmHg)	90以上		105 mmHg	☹️
脂質異常症 （ししつじょうしん）	LDL コレステロール (mg/dL)	140以上		130 mg/dL	😊
	中性脂肪 (mg/dL)	300以上		145 mg/dL	😊

## 異常値を放置していると、次のようなことが考えられます

異常値を放置していると、高血圧症や糖尿病、脂質異常症といった生活習慣病を発症する可能性があります。さらに重症化すると、日常生活に大きな支障が生じる状態になる可能性があります。

☐ 高血圧症 ☐ 糖尿病 ☐ 脂質異常症

☐ 虚血性心疾患（狭心症や心筋梗塞等） ☐ 脳卒中 ☐ 糖尿病合併症

☐ 突然死 ☐ 後遺症 ☐ 人工透析 ☐ 失明 ☐ 下肢切断

Q かかりつけ医からは何もいわれていないのですが…。



A かかりつけ医は治療中の病気以外の病気に関する情報は限られている場合があります。生活習慣病のリスクを網羅的に確認できるこの健診結果を持参のうえ、かかりつけ医に相談してください。かかりつけ医がない方や受診方法でわからないことがありましたら、北中城村役場 健康保険課までお問い合わせください。

## お体の状態とお金の関係

異常値を放置して重篤な疾患になってしまうと、医療費だけでなく生活面での不都合や様々な社会経済リスクがあることがわかっています。



不健康状態



休みがち

退職の増加

### 人工透析

週3回数時間の治療、退職の増加  
一人当たりの年間医療費約500万円

血液透析患者の

**66.3%**は  
就労していません

血液透析患者実態調査報告書（2016年）

## 健診の結果から将来の 疾病発症確率を算出

九州大学が実施している久山町研究の成果に基づき将来の疾病リスクを予測しています。

糖尿病



6.5倍（10年後 ● %）

心血管病



2.3倍（10年後 ● %）

※疾病発症確率について：疾病発症確率は、「久山町研究」に基づく一般的・統計的な傾向を示すもので、あなたの個人的な状態に対して個別に医学的判断を加えて、疾病確率の評価、診断をするものではありません。記載された数値はあくまでも参考値です。同性同年代の平均的な人と比較した疾病発症倍率を、数字と3段階の顔文字で表示しています。心血管病は初発のリスクを算出しています（既往歴がある方は異なります）。お預かりしているデータがある場合は平均値などを用いて算出しています。健康状態に不安がある場合は、医療機関でご相談ください。

<久山研究の情報>右記の疫学研究の論文に基づいています。Arima et al, Hypertension Research 2009;32:1119-1122  
Imai et al, J Clin Biochem Nutr 2008;43:82-87

大切なお知らせです。ゆっくりはがしてください。