# 健康診査を実施しています

できるだけお早めに！



大阪府後期高齢者医療広域連合（以下「広域連合」という。）では、健康診査（以下「健診」という。）を実施しています。

**健診では、糖尿病や高血圧症等の生活習慣病に加え、フレイル（加齢に伴う心身の衰え）等のチェックもできますので、現在生活習慣病で通院されている方も、積極的に受診してください。**

※国の通知により6か月以上継続して入院中の方、特別養護老人ホーム等の施設に入所または入居している方は、健診の対象外です。

## 受診のしかた

**無料**

**1**



**健診を実施している**
**医療機関を選ぶ**

**2**



**実施登録医療機関に（電話などで）**
**事前申込**

**3**




**受診券**
**＋**
①マイナ保険証※1
②資格確認書
**①か②のいずれか**
**上記2点を持参**

広域連合ホームページ

実施登録医療機関は、「広域連合ホームページ」にも掲載しています

大阪府内の実施登録医療機関であれば、**お住まいの市区町村以外でも受診可能**です。

※集団健診を実施している市区町村もあります。詳細は市区町村へお問い合わせください。



▲ご案内がこの封筒で届きます

※1 **「マイナ保険証」**とは、保険証利用登録を行ったマイナンバーカードのことです。**医療機関等にカードリーダーがなければ「資格確認書」が必要です。事前に健診を申し込む際にご確認ください。**

※健診結果の説明方法は、実施機関によって異なりますので、受診された実施機関にお問い合わせください。

# 健診項目

## 基本的な項目

### ●後期高齢者の質問票

**フレイル**（加齢に伴う心身の衰え）等の**チェック**をします。

### ●血圧測定【収縮期血圧／拡張期血圧】

とくに血圧が高いかどうかを調べます。高血圧で血管に高い圧力がかかり続けると、血管壁が硬く厚くなり、血管がもろく狭くなる動脈硬化が進みます。

| | | |
|---|---|---|
| 基準値 | 収縮期（最高）血圧 | 129mmHg 以下 |
| | 拡張期（最低）血圧 | 84mmHg 以下 |

### ●身体計測【身長、体重、BMI】

身長と体重を測定し、BMIを計算して肥満とやせを判定します。急に体重や食事の量が減った方は栄養不足になっている可能性があります。

**BMI＝体重（kg）÷身長（m）÷身長（m）**

| | | |
|---|---|---|
| 基準値 | BMI | 21.5～24.9 |

### ●血液検査

血液を調べて、糖尿病や脂質異常症、肝臓と腎臓の機能をチェックします。

【血糖、血中脂質、肝機能、腎機能】

**血糖（血糖を調べて糖尿病チェック）**

| | | |
|---|---|---|
| 基準値 | 血糖値（空腹時または随時） | 99mg/dL 以下 |
| | HbA1c | 5.5% 以下 |

**肝機能（肝臓の機能をチェック）**

| | | |
|---|---|---|
| 基準値 | AST(GOT) | 30IU/L 以下 |
| | ALT(GPT) | 30IU/L 以下 |
| | γ-GT(γ-GTP) | 50IU/L 以下 |

**脂質（血中の脂質を調べて脂質異常症チェック）**

| | | |
|---|---|---|
| 基準値 | 空腹時中性脂肪 | 149mg/dL 以下 |
| | 随時中性脂肪 | 174mg/dL 以下 |
| | LDLコレステロール | 119mg/dL 以下 |
| | HDLコレステロール | 40mg/dL 以上 |
| | Non-HDLコレステロール | 149mg/dL 以下 |

**腎機能（腎臓の機能をチェック）**

| | | |
|---|---|---|
| 基準値 | e-GFR | 60mL/分/1.73㎡以上 |
| | 血清尿酸 | 7.0mg/dL以下 |

### ●尿検査【尿糖、尿たん白】

尿の中の成分を調べて、糖尿病のリスクや腎臓の機能のチェックをします。

| | | |
|---|---|---|
| 基準値 | 尿糖 | （－） |
| | 尿たん白 | （－）または（±） |

## 詳細な健診の項目

医師が必要だと判断した場合に実施。

### ●心電図検査　●眼底検査
### ●貧血検査【赤血球数、血色素量、ヘマトクリット値】



- 基準値は、健診機関や検査方法によって若干異なる場合があります。
- 基準値は、変更になる場合があります。
- 健康診査を機会にかかりつけの医師を持ち、日常の健康管理に努めましょう。

※このページは、厚生労働省保険局「標準的な健診・保健指導プログラム【令和6年度版】」を基に作成しております。
なお、厚生労働省健康局「日本人の食事摂取基準（2025年版）」では、65歳以上の人のBMIについて、目標値を21.5～24.9としています。

# 人間ドック費用助成事業

広域連合では、被保険者を対象に人間ドック受診にかかる費用の一部を助成する事業を実施しています。毎年4月～翌年3月までの受診について1回助成を受けることができます。

なお、人間ドックを受診された方は、健康診査を受ける必要はありません。

また、人間ドック費用助成の申請期間は、**受診日翌日より2年以内**です。



## 助成金額

26,000円を上限に支給します。（令和8年度）

## 助成の流れ

1. 人間ドックを受診し、**いったん費用全額を自己負担していただきます。**
2. お住まいの市区町村担当窓口（後期高齢者医療担当）に費用助成を申請してください。
3. 申請内容を審査のうえ、申請書で指定された口座に助成金を振り込みます。

## 申請に必要となるもの

1. 受診された人間ドックの「領収書」（コピー可）
2. 検査結果通知書一式（コピー可）
   ※助成要件の確認に必要です。
   ※検査結果通知書の写しの提出に応じられない場合は、提出先の窓口にお申し出ください。
3. 本人確認書類
4. 口座情報のわかるもの
5. 申請書（申請時にお渡しします。）
   ※申請者以外の口座に振り込む場合で、申請者がご自身で記入されない場合は、印かんが必要です。

## 検査項目

下記に掲げる検査項目（※）を受診してください。

※公益社団法人日本人間ドック・予防医療学会が掲げる一日人間ドック基本検査項目表における「必須項目」

| 検査区分 | 項目 |
|---|---|
| 身体計測 | 身長、体重、肥満度、BMI、腹囲 |
| 生理 | 血圧、心電図、心拍数、眼底、眼圧、視力、聴力、呼吸機能 |
| X線・超音波 | 胸部X線（または胸部CT）、上部消化管X線（または内視鏡）、腹部超音波（または腹部CT） |
| 生化学 | 総蛋白、アルブミン、クレアチニン、eGFR、尿酸、TC、HDL-C、LDL-C、Non-HDL-C、中性脂肪、総ビリルビン、AST、ALT、γ-GT、ALP、空腹時血糖、HbA1c |
| 血液学 | 赤血球、白血球、血色素、ヘマトクリット、血小板数、MCV、MCH、MCHC |
| 血清学 | ＣＲＰ、（血液型、HBs抗原） |
| 尿 | 蛋白、尿糖、潜血、（沈渣） |
| その他 | 便潜血、医療面接、医師診察、結果説明、保健指導 |

**注意事項**

（1）脳ドックや各種がん検査等、上記検査項目以外の検査は助成の対象となりません。
（2）上記検査項目のうち複数が欠けているもの、複数の受診を組み合わせたものは、人間ドックとみなせず助成できない場合があります。