

後期高齢者健康診査を実施します

生活習慣病の早期発見や健康の保持・増進を目的として、後期高齢者医療制度の被保険者の方を対象に、後期高齢者健康診査を実施します。ご自身の身体の状態を確認するためにぜひ健診を受診しましょう。

1. 対象者

平成30年8月31日までに三重県後期高齢者医療制度に加入しており、受診日時点においても当制度の被保険者の方。

ただし、次の方は**対象外**とさせていただきます。

- ・施設入所者のうち施設側が実施する健診を受けている方。
- ・長期入院中や職場での健診等を受けている方。

2. 実施期間

平成30年7月1日から平成30年11月30日までです。

(下記の自己負担額で受診できる回数は年1回のみです。2回目からは全額自己負担となりますのでご注意ください。)

3. 実施場所

同封の「健康診査実施医療機関一覧」にある医療機関から自由にお選び下さい。

※どこの医療機関でも自己負担額、健診内容は一律です。

4. 自己負担額

送付した受診券に表示してありますので、医療機関の窓口でお支払いください。

住民税課税世帯
500円

住民税非課税世帯
200円

5. 健康診査の内容

生活習慣病の早期発見のために、裏面の各項目の検査を実施します。
※血液検査がありますので、なるべく健診前10時間程度は、水以外の飲食物を摂取しないで受診してください。

	健康診査内容
後期高齢者健康診査	問診、身体計測（身長、体重、BMI）、診察、血圧測定、血液検査（脂質、腎機能、肝機能、糖代謝、尿酸代謝、末梢血液一般）、尿検査、心電図検査 ※一定の基準の下、医師の判断により、眼底検査を追加

6. 受診するときの注意・持ち物

同封の後期高齢者健康診査質問票にご記入の上、受診券と保険証とともに医療機関の窓口へ提出してください。

※医療機関へは、必ず事前に受診時間等をご確認ください。

（持ち物）

- 受診券
- 保険証（後期高齢者医療被保険者証）
- 後期高齢者健康診査質問票（受診までにご記入ください）
- 自己負担金

- ・健康診査の結果は受診した医療機関から受け取ってください。結果の受取方法は受診した医療機関にお問い合わせください。健康診査の結果は大切に保管し健康管理に役立ててください。
- ・健康診査の結果が届くまで1か月ほどかかる場合があります。
- ・健康診査の結果によっては、治療や精密検査が必要な場合もあります。その場合は自己負担額以外の料金が必要となりますので、治療や精密検査を受けるかどうかは、ご自身で判断してください。
- ・なお、集団健診を実施する市・町にお住まいの方で、集団健診を希望される方は、別紙集団健診の日程表を確認の上、所定のお問い合わせ先へお尋ねください。

7. がん検診も受けましょう

健康診査と同時期にがん検診を実施している市町もありますので、がん検診も受診をお勧めします。がん検診に関する詳しいことはお住まいの地域の市役所、又は町役場でお尋ねください。

<後期高齢者健康診査に関するお問い合わせ>

三重県後期高齢者医療広域連合

事業課 給付健康グループ

TEL 059-221-6884

後期高齢者健康診査の検査項目用語

No. 1

検査項目	検査内容
中性脂肪	脂肪酸のグリセリンエステルを指す。狭義には常温で固体の中性脂質を中性脂肪と呼ぶ。脂肪酸グリセリンエステルにはモノグリセリド(モノアシルグリセロール)、ジグリセリド(ジアシルグリセロール)、トリグリセリド(トリアシルグリセロール)が存在するが、血液に含まれる中性脂肪のほとんどはトリグリセリド(Triglyceride、Triacylglycerol)である。したがって、中性脂肪はトリグリセリドと同義とする場合も多い。TG、TAGまたはTrigという略号で記されることが多い。脂肪酸とグリセリン(グリセロール)が結びついて中性を示すので「中性脂肪」と言う。
BMI	身長からみた体重の割合を示す体格指数
HDL コレステロール	HDLコレステロールとは、俗に善玉コレステロールと呼ばれ血管の壁などに余計に付着しているコレステロールを回収する役割のあるコレステロールです。喫煙や肥満などが原因でHDLコレステロールの値が下がる場合があります。
LDL コレステロール	俗に悪玉コレステロールと呼ばれるコレステロールの一種です。HDLコレステロールが血管の壁などに余計に付着しているコレステロールを回収する働きをするのに対して、LDLコレステロールは肝臓から末梢組織へコレステロールを運搬する働きがある為、LDLコレステロールが基準値より多い場合、動脈硬化などを誘発する危険性があります。
GOT (AST)	Glutamic-oxaloacetic transaminase(グルタミン酸オキサロ酢酸トランスアミナーゼ)の略で、トランスアミナーゼというアミノ酸の合成に必要な酵素。主に心筋、肝臓、骨格筋、腎臓などに多く含まれる。このGOTが高値の場合、肝疾患(急性・慢性肝炎・脂肪肝など)や心疾患(特に心筋梗塞)などが疑われる。なお、最近は「AST(アスパラギン酸アミノトランスフェラーゼ)」と呼ばれることが多い。
GPT (ALT)	Glutamic pyruvic transaminase(グルタミン酸ピルビン酸トランスアミナーゼ)の略で、アミノ酸の合成に必要な酵素のこと。肝臓に多く含まれ、肝臓病(急性・慢性肝炎・脂肪肝、アルコール性肝炎など)などが原因でこの数値が高くなります。QUPiOではこの値が6-30IU/lを正常値としています。なお最近は「ALT(アラニン・アミノトランスフェラーゼ)」と呼ばれることが多くなっています。
γ -GT (γ -GTP)	γ -GTP(γ グルタミルトランスぺプチダーゼ)は、肝臓の解毒作用に関係している酵素です。肝臓や胆管の細胞がこわれると血液中に γ -GTPが血液の中に流れ出てくることから、「逸脱酵素」といわれます。そのため、 γ -GTPは肝臓や胆管の細胞がこわれたことの指標として利用されています。 γ -GTPが血液中に多くなっても、それ自体が何か悪い影響をおよぼすことはありません。 γ -GTPが高くなる疾患には、肝臓の細胞が破壊される肝炎、肝臓に脂肪が蓄積する脂肪肝などがあり、胆石や胆道がんなどで胆道が詰まった場合にも高くなります。
空腹時血糖	血液中のぶどう糖濃度を表す血糖値のうち、食事前(前の食事から10~14時間後)の空腹時に測定したもの。糖代謝機能の検査指標で、糖尿病などの診断指標の一つ。日本糖尿病学会では、正常域(100mg/dl未満)、正常高値(100~109 mg/dl)、境界域(110~125mg/dl)、糖尿病域(126mg/dl以上)と分類している。正常域以外の場合は、血中糖濃度を下げるインスリンやホルモンなど調整機能の働きを詳しく検査するために、食後血糖値検査や糖負荷試験などの検査を行う。
HbA1c	過去1,2ヶ月の血糖値の状態がわかる値です。ヘモグロビンA1cを測定することで、最近の糖尿病の治療状況がわかります。また、ヘモグロビンA1cは糖尿病の診断にも用いられます。
尿糖	血液中には、常に一定量のブドウ糖が含まれており、これを血糖といいます。血糖は膵臓から分泌されるインシュリンというホルモンの働きで分解されてエネルギーに変わり、残りは水と二酸化炭素になって体外に排出されます。健康なときなら、糖は尿中にできることはなく、でたとしても尿細管で吸収されて血液中に戻ります。

後期高齢者健康診査の検査項目用語

No. 2

検査項目	検査内容
尿蛋白	尿の中に含まれている蛋白(主にアルブミン)の総称です。蛋白は栄養分を運んだり、病原体に対する抗体を作ったりする働きをします。さらに身体のバランスを保つなど多くの役目を果たしている大切な物質です。蛋白は血液中に7～8%含まれています。
BUN (尿素窒素)	尿素由来の窒素量を示す単位である。尿素1分子は、窒素原子を2つ含んでいるため、1molの尿素=60gは、尿素窒素28gに相当する。臨床検査項目の一つ。主に肝臓や腎臓の状態を検査するために用いられ、一般に単位はmg/dLが用いられる。
クレアチニン	筋肉へのエネルギーの供給源であるクレアチンリン酸の代謝産物。血清生化学検査ではCr、CRE、CREAなどの略号で記載される事が多い。
アルブミン	一群のタンパク質に名づけられた総称で、卵白(albumen)を語源とし、卵白の構成タンパク質のうちの約65%を占める主成分タンパク質に対して命名され、さらにこれとよく似た生化学的性質を有するタンパク質の総称として採用されている。代表的なものに卵白を構成する卵アルブミン、脊椎動物の血液の血漿に含まれる血清アルブミン、乳汁に含まれる乳アルブミンがある。 アルブミンは一般的に肝臓で生成される。アルブミン濃度が低下している場合は、肝疾患、ネフローゼや栄養失調が疑われる。
尿酸	キサンチンやヒポキサンチンのようなオキシプリンからキサンチンオキシダーゼによって合成される。ヒトや他の霊長類では、尿酸はプリン代謝の酸化最終生成物である。その他のほとんどの哺乳動物では、尿酸オキシダーゼ(EC 1.7.3.3)によって尿酸はさらにアラントインまで酸化される。
赤血球数	胸骨や大腿骨・頸骨の内部にある骨髄の幹細胞でつくられている血液の主成分で、体の各部の組織細胞へ酸素を運びこみ、二酸化炭素を運び出す働きをしています。赤血球の数が減ると必要なだけの酸素が送られなくなり、貧血状態になります。逆に数が多すぎると多血症、血液の流れが悪くなって血管が詰まりやすくなります。
白血球数	血液の成分の一つで、異物の進入に対抗してからだを守る働きをしています。細菌などの異物がからだに入ってくると、白血球の数が増加して、その異物を自らの中に取り込んで消化し無害化します。したがって、細菌感染症などの病気にかかっているときは、血液中の白血球数が増えます。一方、骨髄の造血機能の低下などがあると、白血球数は減少します。 こうしたことから、一定量の血液に含まれている白血球数を測定して、病気の有無を確認する検査が広く行われるようになりました
血色素量	赤血球に含まれているたんぱく質の一種で血の赤さの元です。ヘモグロビンが酸素を運ぶので血色素量を測定することで貧血かどうかを判断します。
ヘマトクリット値	血液中に占める血球の体積の割合を示す数値。ほぼ赤血球の体積比と等しい。貧血検査などに利用される。成人男性で40-50%、成人女性で35-45%程度が正常値であるとされる。生後間もないころは成人時の値よりも高い値を示すが、15歳頃になると成人の値に近づいてくる。臨床検査などでは、HtまたはHct等の略号で表されることが多い。
尿潜血	尿潜血検査は試験紙(定性法)で行われ、厳密に言うと、血液に存在する赤血球中のヘモグロビンが尿中に存在するかどうかを調べています。 また、溶血性貧血などのように体内で赤血球が大量に壊される疾患の場合、赤血球に含まれるヘモグロビンが大量に放出されるため、結果的に尿の中にヘモグロビンが排泄されるので尿潜血検査は陽性となります。