

74歳までの

特定健診

75歳以上の

後期高齢者医療健康診査

～年に1回の健康診査を健康寿命に活かしましょう～

<健康診査の重要性>

特定健診は、メタボリックシンドロームをはじめ、様々な生活習慣病の発症がないかを調べます。毎年受けることで体の変化がわかり、生活習慣を見直すきっかけになります。また、専門家による特定保健指導を受けることができ、自分のペースで無理なく生活習慣の改善に取り組むことが重要です。

後期高齢者医療健康診査は、心身の機能などで衰えているところがないかを調べます。健診の結果から、心身の衰えを指摘されたら、介護予防のための健康づくりに取り組むことが重要です。

★健康診査を受けるとこれらの「生活習慣病のリスク」がわかります！★



毎年、必ず受診しましょう！

こんな人も
必ず受診を

- 持病などで定期的に通院している
- とくに自覚症状や体調不良はない
- 健診はたまにしか受けていない

「通院は治療のため、健診は予防のため」

目的が違うからこそ、両方大事です！

