

特定健診から特定保健指導までの流れ

受診券が届きます

受診有効期間や自己負担の有無など、受診券の内容をよく確認。
必要に応じて健診機関に日時の予約を行い、
「受診券」と「保険証」を持参して受診しましょう。



特定健診を受診します

特定健診の検査には、腹囲やBMI、血圧、血糖、肝機能
など対象者全員が受ける「基本的な項目」と、医師が必要と
判断した場合に受ける「詳細な項目」があります。



結果が届きます

健診受診後、約1～2ヶ月後に受診結果と生活習慣の改善に関する情報が届きます。また、受診の結果、生活習慣病の発症リスクが高い方、中程度の方には特定保健指導についての案内が届きます。



生活習慣病の発症リスク

低い方

中程度の方

高い方

特定保健指導を実施します

受診の結果、特定保健指導の案内が届いた方（生活習慣病の発症リスクが高・中程度の方）は、医師・保健師・管理栄養士などの専門家の支援や指導のもと実行しやすい目標を立て、生活習慣の改善に向けて取り組み、3～6ヶ月後に電話や面談等で専門家と目標達成の確認をします。

動機づけ支援

専門家による面談で目標を立て、生活習慣の改善に取り組み、3～6ヶ月後に目標達成の確認

積極的支援

専門家による面談で目標を立て、電話やメールなどによる支援のもと生活習慣の改善に取り組み、3～6ヶ月後に目標達成の確認