



75歳以上のみなさまへ

無 料
自己負担なし

75歳からも特定健診と同様に 後期高齢者の健診が受診できます。

健康づくりのために、年に1回健康診査を受診して、お体の状態を確認しましょう。
後期高齢者の健康診査では、持病などや生活習慣病の重症化予防に加えて、フレイルのチェックができます。予防や改善を行い、これからもイキイキと健康長寿を目指しましょう。 ※フレイルとは「加齢により心身が衰えた状態」のことです。



©2018 VVN
V・ファーレン長崎 クラブマスコット ヴィヴィくん

健診の時期・お申込みについては
お住まいの市役所・町役場の担当窓口へお問い合わせください。

長崎県後期高齢者医療広域連合

〒850-0875 長崎市栄町4番9号 電話 095-816-3930



健診で調べる項目と体の関係

身長・体重(BMI)

肥満よりやせに注意
やせはフレイルを招きます。

血圧・脂質(コレステロール・中性脂肪など)

高血圧や脂質異常は動脈硬化につながり、
脳卒中・心筋梗塞を招きます。

肝臓(AST、ALT、γ-GTPなど)

慢性的な多数の服薬
による副反応で肝臓
に負担がかかりやす
いので、飲酒しない人
も注意が必要です。



糖(空腹時・HbA1c)尿糖

血糖が高いと糖尿病の
おそれがあります。糖
尿病が重症化すると、
網膜症や腎症などの合
併症を招きます。

腎機能(クレアチニン・尿たんぱく)

加齢に伴い、腎機能はだんだん衰えてきます。特
に糖尿病や高血圧の人は注意が必要です。腎不全
の末期になると、人工透析が考えられます。

貧血検査(ヘモグロビン値・赤血球)

他の病気が原因で貧血を引き起
こしている可能性があります。

後期高齢者の質問票(抜粋)

「後期高齢者の質問票」は食
習慣、口腔機能、運動、認知
機能、社会参加などを総合
的にみて、フレイルかどう
かのチェックをします。

チェック
しましょう

- 1日三食きちんと食べていますか。
- お茶や汁物などでむせることがありますか。
- 6か月間で2~3kg以上の体重減少がありましたか。
- 以前に比べたら、歩く速度が遅くなりましたか。
- ウォーキング等の運動を週に1回以上していますか。
- 今日が何月何日か分からない時がありますか。
- 週に1回以上は外出していますか。



健康診査の結果から低栄養や口腔機能の衰え、運動・認
知機能の低下など、心身の衰えを指摘された時は介護予防
のために健康づくりに取り組むことが重要です。

医療機関や健康診査の会場では換気や消毒を行うなど、感染防止対
策に努めています。マスクの着用、受診前後の手洗いなどの感染防止
対策をしっかりとしましょう。

