

健康診断

大学では職員の健康状態を継続的に把握し、健康状態の悪化を防ぎ、より健康な状態で働くことができるように、「労働安全衛生法」に基づき、年に1回定期健康診断を実施し、その結果を産業医が就業判定した上で、産業医・保健師が保健指導や受診勧奨などの事後措置を行っています。

また健康診断は病気を早期発見し、早期治療につなげるとともに、生活習慣を振り返り、改善するきっかけになります。7月に受けた健康診断の結果をご覧ください。自分の健康状態を知り、生活習慣を振り返ってみましょう。

保健指導や受診勧奨など面談が必要な方は後日ご連絡しますので、健康維持・増進し、健康で働くことができるように一緒に考えていきましょう。

Q. 健診は人間ドックやかかりつけの病院で受けてもよい？

年度中に健診の法定項目すべてを受診し、かつ結果を大学に提出することで代用可能です。ただし、費用は自己負担になります。



Q. 健診後、呼び出しを受けたが、自覚症状がないので、面談には行かなくてよい？

生活習慣病は自覚症状が出にくく、気づいたときにはかなり進行していることが少なくありません。初期の段階での生活習慣改善が大病を防ぐことにつながります。ぜひ面談にお越しください。

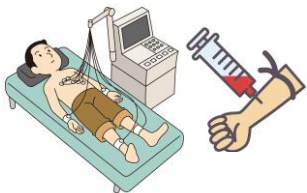


Q. 健診後、呼び出しを受けたが、病院受診しているので、面談には行かなくてもよい？

病院受診中であっても、治療の状況等の確認が必要な場合やコントロールが不良の場合などお呼び出しをしています。ぜひ面談にお越しください。

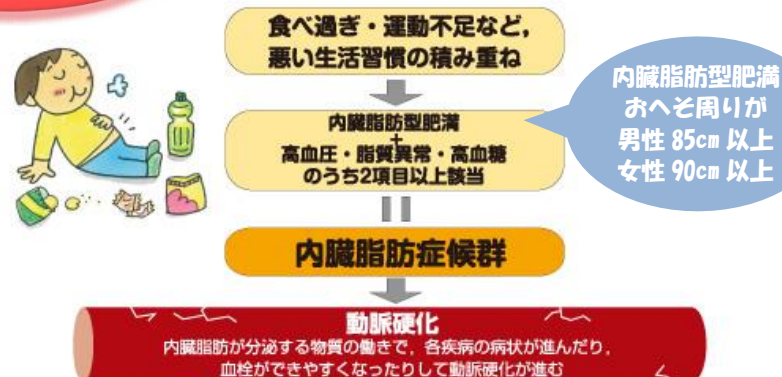
Q. 年齢によって健診項目が違うの？

大学では法定項目を実施しており、34歳以下、36～39歳の方は腹囲、心電図、血液検査がありません。35歳の方は腹囲、心電図、血液検査があり、ご自分の健康状態を知るチャンスです！何か所見があった場合は早めに改善する心がけましょう。



メタボリックシンドローム

40歳以上の方は定期健診と合わせて特定健診（メタボ健診）を実施し、メタボリックシンドロームに該当及び予備軍の方に特定保健指導のご案内をしています。生活習慣を改善し、メタボを解消しましょう！



内臓脂肪型肥満
おへそ周りが
男性 85cm 以上
女性 90cm 以上

心臓病（心筋梗塞、狭心症など）
脳卒中（脳出血、脳梗塞）
その他の動脈硬化性疾患（嚙疽、大動脈瘤など）

メタボリックシンドロームとは、内臓脂肪が過剰にたまることで体内の代謝のバランスが崩れ、血糖や血中脂質、血圧に悪影響を及ぼした状態。動脈硬化が飛躍的に進み、心筋梗塞や脳卒中など命にかかわる病気がおこりやすくなります。

もっと詳しく調べたい方は人間ドックもおすすめします！

人間ドックの費用は健診機関や健診内容によって異なりますが、日帰りコースは25000～50000円程度、1泊2日コースは50000～70000円程度です。

★文部科学省共済組合では35歳以上の組合員及びその被扶養者である配偶者を対象に共済組合が指定する健診機関での受診に限り、人間ドック受検費用の助成を実施しています。詳しくは下記HPをご参照ください。

[文部科学省共済組合HP](#)

★協会けんぽ加入者は「生活習慣予防健診」という名称で、健診費用の一部を協会けんぽが補助します。内容や申し込み等の詳細はグループウェアの掲示板に平成28年3月28日付で掲示している「平成28年度生活習慣病予防健診のご案内について（通知）」をご確認ください。

[九工大グループウェアの掲示板](#)

生活習慣病のほとんどは、早期には自覚症状がありません。健診数値は、もの言わぬ体から発せられた声です。しっかり耳を傾けることが大切です。健康管理のためには自分の現状を知ることが第一歩。「要再・精密検査」「要治療」と判定されたら、必ず医療機関を受診してください。但し、健診はすべての病気を見つけることができるわけではありません。健診結果に異常がなくても気になる自覚症状がありましたら、早めに医療機関にご相談ください。また保健センターでは皆さんの健康を応援しています。気軽にご相談ください。

★保健センターHP★ <http://hoken.jimu.kyutech.ac.jp/>

