



⑤ 「医療・健康」

1 に運動、2 に食事、しっかり禁煙 最後に薬

2008年度から、高齢者医療確保法による「特定健診・特定保健指導」が始まりました。実施年度内に40～74歳となる医療保険の全ての加入者（配偶者などの被扶養者も含む）が対象です。一般には「メタボ健診」といわれていますが、健診と保健指導を通して生活習慣病を減らすことが目的です。

従来の老人保健法による健診との違いは、健診よりも保健指導を重視している点です。なぜ保健指導を受けることが重要かを学ぶ中で、自分の日頃の生活習慣を振り返るとともに、あらためて健康の大切さを確認しましょう。

総合司会

財団法人全日本ろうあ連盟 労働対策部長 中橋 道紀

基調講演

「自分の健康を自己管理することの大切さを学ぼう」
「医療の手話」編集委員会 委員長 長谷川芳弘

講演

『「特定健診・特定保健指導」実施をめぐる』
東海大学医学部基盤診療学系健康管理学・教授 高橋 英孝

会場 健康相談：「メタボ相談会」

回答者：高橋 英孝
コーディネーター
長谷川芳弘・早瀬 久美（「医療の手話」編集委員会 委員）

研究：医療手話の創作

講師：長谷川芳弘・早瀬 久美