

健康診断の種類

**職域の定期健康診断；従業員の健康をまもる
(企業が法に基づいて年1回行うもの)**

**地域の健康診断；医療保険や健康増進として
(自治体がサービスとして提供するもの)**

**特定健康診断；生活習慣病予防として
(メタボを含め40歳以上を対象とするもの)**

健康診断を活用するポイント

職域の定期健康診断；年1回ほぼ同じ内容の項目を見るので、変化を確認する

地域の健康診断；気になるがん検診を受けたり健診のない方が毎年の変化を確認する

特定健康診断；生活習慣病が出てないかそれが食事・運動で改善しているかを確認する