

「自覚症状がない」「何かあれば病院へかかるから大丈夫」は要注意！
特定健診はお済みですか？

「昨年受診して異常がなかったから、今年は受診しなくても大丈夫」「仕事が忙しくて健診を受けに行く暇がない」「自分は30代でまだまだ若いし、健康には問題ありません」と考えている皆さん、本当にそれで大丈夫でしょうか？

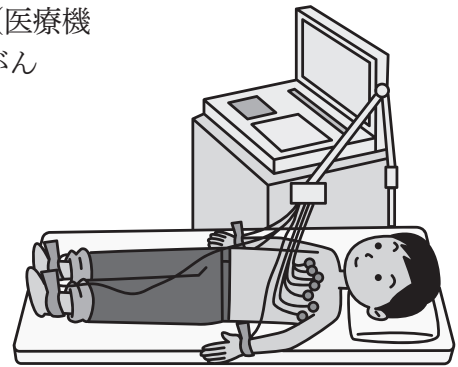
生活習慣病は自覚症状のないまま進行します。毎年きちんと健診を受け、ご自分の体の状況（経年変化）を把握することが必要です。体に異常を感じてから病気の治療を行うのではなく、生活習慣をできるだけ早い段階から見直し、病気を未然に予防し、いつまでも健康に暮らしましょう。

大雪地区広域連合域内（美瑛町、東神楽町、東川町）の昨年度の特定健診受診率は37.6%。20年度からの健診開始後、最も高い受診率となりました。とはいえ国が定めている目標受診率60%（25年度以降）にはまだまだ遠く及ばない状況です。

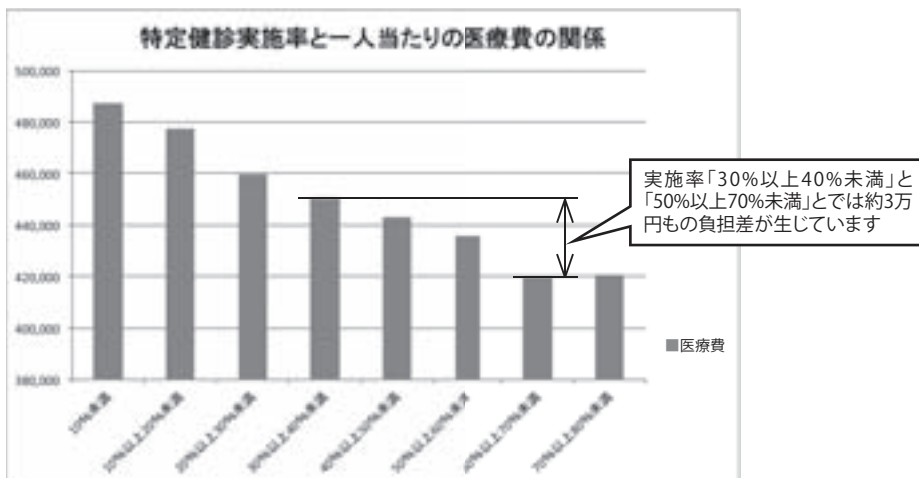
特定健診は基本的な健診項目に加え、貧血、腎機能、心電図検査などの項目も検査できます。一部負担金は700円から1,400円程度です（医療機関により若干異なります）。集団健診では、希望によって「がん検診」なども同時受診できます。

厚生労働省調べでは、特定健診受診率が高い市町村国保ほど医療費が低くなっているという結果が出ています（図1）。数年または数十年後にご自分の医療費を最小限に抑えることができるかどうかは、定期的な健診の受診と日々の体調管理次第です。特定健診を有効に活用しましょう。

特定健診の受診方法は、大雪広域連合または保健福祉課からのご案内をご覧ください。



（図1）21年の市町村国保の受診率と前期高齢者1人当たり年間医療費との関係（厚生労働省調べ）



お問い合わせ 大雪地区広域連合国民健康保険対策室 ☎82-3697（内線562、563）
 保健福祉課保健指導室 ☎82-2111