

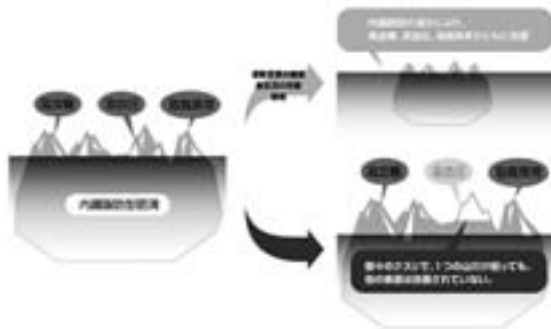
健康、安心～年に1度は特定健診

特定健診受診のすすめ

特定健診は、糖尿病、高血圧症などの生活習慣病の発見と、その重症化を予防するために「メタボリックシンドローム」状態かどうかをチェックし、予備群を見つけるための検査です。

メタボリックシンドロームとは、生活習慣病になる前ぶれの「内臓脂肪型肥満」の状態のことをいいます。

内臓にたまっている脂肪を海に浮かんでいる氷山の氷のような状態として例えてみましょう。海に浮かんで見えている部分の氷は、その何倍もの大きな氷塊が水面下に隠れています。内臓脂肪型の肥満も同じです。体形の外見からでは分からない頑固な脂肪などが体内に隠れて肥満を引き起こしています。



メタボリックシンドロームのイメージ

水面に出ている一つひとつの氷山は、「高血糖」「高血圧」「脂質異常」など、それぞれ肥満を引き起こしている原因の症状。全体が一体として「メタボリックシンドローム」状態を引き起こしているのです。生活習慣病を予防し、改善するためには、まず氷山全体を小さくすること、つまり内臓脂肪を小さくすることが肝心です。

◇将来の病気を予防して保険料も抑えよう

公的医療保険制度（国民健康保険、各種組合健康保険）では、後期高齢者医療（対象は75歳以上）の高齢者の費用の一部を支援金という形で負担しています。支援金の納付額は、特定健診実施率の目標達成状況などに応じて増額されたり減額されたりすることになっています。

大雪地区広域連合（東川町、美瑛町、東神楽町で構成）の場合は、今のところその支援金増・減額はない見込みですが、本年度の実績成果によっては、将来増額または減額の対象になることが考えられます。特定健診、特定保健指導を受けて皆さんが健康に暮らすことは、病気を予防して医療費負担を減らせるばかりでなく、保険料の抑制にもつながっています。

▶40～75歳未満でお勤めの方は？

お勤めの方など職場で特定健診と同様の健診を受けている方は特定健診を受ける必要はありません。この場合は保健福祉課の保健師に健診結果の写しを提出してください。特定健診の項目を満たしている場合は受診率に反映することができます。ご協力をお願いいたします。

◇受診率は？

大雪地区広域連合全体の特定健診受診率は、昨年度42.0%でした。前年度より2.5%上昇しましたが、目標の受診率45%には届きませんでした。本年度は目標50%です。特定保健指導実施率は、昨年度64.6%で目標を達成することができました。

受診方法は保健福祉課保健師にお問い合わせください。☎（代）82-2111

（表1）特定健診受診率目標達成状況（第2期特定健康診査等実施計画）

	H25	H26	H27	H28	H29
目標値(%)	40.0	45.0	50.0	55.0	60.0
受診率(%)	39.5	42.0			

（表2）特定保健指導目標達成状況（第2期特定健康診査等実施計画）

	H25	H26	H27	H28	H29
目標値(%)	60.0	60.0	60.0	60.0	60.0
受診率(%)	55.5	64.6			