

受診者が増加、乗り遅れにご注意！

市の基本健康診査は、安くてお得



基本健診は健康管理の第一歩

基本健診は健康管理の第一歩。昨年の広報で、基本健診のお知らせをしたところ、集団・個別共に、受診者数が大幅に増えました。その結果、異常が見つかった多くの方に、保健師・栄養士から、電話や面接、健康教室等で今後の生活改善に向けたお話をさせていただくことができました。しかし、受診者の内訳を見ると、増えたのは65歳以上の方がほとんどで、若い世代の受診数は横ばいです。

留萌市基本健診受診者内訳(人)

集団別	年齢	17年度	18年度
		40~64歳	294
集団	65歳以上	181	287
	合計	475	585
個別	40~64歳	3	16
	65歳以上	3	12
合計		6	28

生活習慣病は、食生活の偏りや、運動不足、喫煙、ストレスなどの積み重ねで発症する病気です。年をとってから気をつけても、取り返しがつかないことがあります。若い世代の方へも健診受診をお勧めします。

とつても怖いメタボリック症候群

昨年からは、健診項目に「腹囲」を追加し、メタボリック症候群の早期発見が可能となりました。

昨年の基本健診受診者(集団)40~64歳の結果では、受診者298名中、14%強にあたる43名に内臓肥満があり、うち9名が既にメタボリック症候群でした。

メタボリック症候群を放置すると、動脈硬化が飛躍的に進行し、心筋梗塞、脳卒中、突然死という恐ろしい結果を招きかねません。

お腹周りが気になる方は、まずは基本健診を受け、保健師・栄養士に相談してください。

過去5年間の集団健診結果内訳(40~64歳抜粋)

性別	年齢	受診数	異常なし		要指導		要医療	
			実数	割合	実数	割合	実数	割合
男性	40~49歳	62	9	15%	28	45%	25	40%
	50~59歳	106	6	6%	55	52%	45	42%
	60~64歳	88	4	5%	51	58%	33	37%
	小計	256	19	8%	134	52%	103	40%
女性	40~49歳	304	44	14%	173	57%	87	29%
	50~59歳	605	75	12%	348	58%	182	30%
	60~64歳	319	21	7%	180	56%	118	37%
	小計	1,228	140	11%	701	57%	387	32%
合計	40~49歳	366	53	14%	201	55%	112	31%
	50~59歳	711	81	11%	403	57%	227	32%
	60~64歳	407	25	6%	231	57%	151	37%
合計	1,484	159	11%	835	56%	490	33%	

過去5年間の健診結果から、「異常なし」の方は40代でも15%程度で、その後はどんどん下がっていることが分かります。

新 夏は忙しいという方のために 冬も集団健診を実施します

市民の方から多く要望のあった、冬の集団健診を実施します。H20年2月23日(土)~24日(日)会場は「はーとふる」です。それに伴い、夏の総合健診は、昨年より1ヵ月早い6月に実施することになりました。お忘れのないよう、気をつけてください。

健診で異常が見つかった方 実技を中心とした健康教室を開催します

国民健康保険事業と共催で、健診で異常が見つかった方を対象に実技を中心とした健康教室を開催します。期間は、半年ほどの予定です。詳しくは健診後、対象となる方にご案内いたします。昨年度は38名の方が参加され、大変好評でした。

基本健診(肝炎含む)を受ける方 40歳は無料になります

40歳という壮年期の始まりの年に、健康管理に関心を持っていただくため、平成12年から行っている事業です。



健診に係わる法律が大きく変わります

国の法律改正により、20年度以降は、それぞれの保険の保険者に、被保険者の基本健診を実施することが義務付けられます。これにより、市の健診は国保の方だけが受診するという仕組みに変わる予定です。保険の種類に関わらず受けられる基本健診は、今年度が最後になります。

夏の総合健診のお知らせ

検診種類	対象者	料金
基本健康診査(循環器健診)	40歳以上の市民(治療中の方でも受診できます)	1,000円
肝炎ウイルス検査	40歳以上の市民(1)	500円
節目健診 (基本健康診査・肝炎ウイルス検査)	40歳の市民 (S42.4.2~S43.4.1までに生まれた方)	無料
胃がん検診	30歳以上の市民	1,500円
肺がん検診 喀痰検査	40歳以上の市民(喀痰検査は必要に応じて行う)	(肺がん)500円 (喀痰)1,000円
大腸がん検診	40歳以上の市民	500円
エキノコックス症検診	小学3年生以上の市民	無料

健診日	実施場所	受付場所	予約制のため 事前に連絡が 必要です。 市保健医療課 ☎49・2558
6月19日(火)	東部地区公民館	6:30~ 7:30~	
6月20日(水)	港南コミュニティセンター	8:30~ 9:30~	
6月21日(木)	港西コミュニティセンター		
6月22日(金)	幌糠地区公民館	6:00~ 6:30	
	港北コミュニティセンター	8:30~ 9:00	
6月23日(土)	共同福祉センター	6:30~ 7:30~	
6月24日(日)	保健福祉センター「はーとふる」	8:30~ 9:30~	

お問い合わせはこちらへ

保健福祉センターはーとふる内
健康福祉部保健医療課
☎49・2558

健診は、事前に予約が必要です。

1 肝炎ウイルス検査の対象者
2 40歳の方は節目健診。
3 40歳以上の方で、過去に肝機能異常の指摘を受けたことのある方。
4 40歳以上の方で、過去に広範囲な外科的処置(手術等)を受けたことのある方又は妊娠・分娩時に多量に出血したことのある方で、定期的に肝機能検査を受けていない方。
5 全検診・検査を上記の日程で行います。
6 留萌市国民健康保険加入者70歳以上の方、生活保護世帯は無料です。
7 今年度は来年2月にも2日間(23、24日の土日)、総合健診を実施します。