

特定健診

健康な毎日を送るためには、健診による健康管理が大切です。年に一度は特定健診を受け、健康状態をチェックしましょう。

増え続ける医療費

留萌市の国民健康保険（国保）の収支状況は、平成21年度決算では累積約3・3億円の赤字となっています。その主な原因は増え続けている医療費にあります。

留萌市は特に65歳以上の高齢者の比率が高いため、一人当たりの医療費も高くなる傾向にあります。医療費が高くなれば必然的に保険料も高く設定しなければならず、留萌市だけではなく、皆さんの負担も増えてしまうことから、医療費の抑制が重要な課題となっています。

現在、医療費の増加に歯止



めをかけるため特定健診や各種検診、保健指導などを効果的に実施する目的で国保加入者の方のレセプト（診療報酬明細書）の主病名に着目した医療費の分析を行っており、被保険者個人の疾病状況や受診動向などを調査しています。

40歳代からの疾病状況

40歳代以上の留萌市の国保加入者は循環器系（高血圧等）、次いで内分泌系（糖尿病、高コレステロール等）、筋骨格

循環器系の病気

留萌市の国保加入者のうち高血圧や心疾患・脳梗塞などの循環器の疾病で受診している方は、70歳代で2人に1人へのぼります。日本人には高血圧の人がとても多く、全国でも約781万人の人が治療を受けていますが、留萌市でも高血圧疾患は圧倒的に多く、65歳以上

の3人に1人が主要な疾病と診断され治療を受けています。高血圧の状態が続くと、血管が硬くなる動脈硬化になり、さらには虚血性心疾患（狭心症や心筋梗塞）や脳卒中などの発作を起こすおそれがあります。

留萌市の国保加入者のうち医療費が著しく高額となっているケースは、動脈瘤や脳梗塞などの血管に関わる手術が

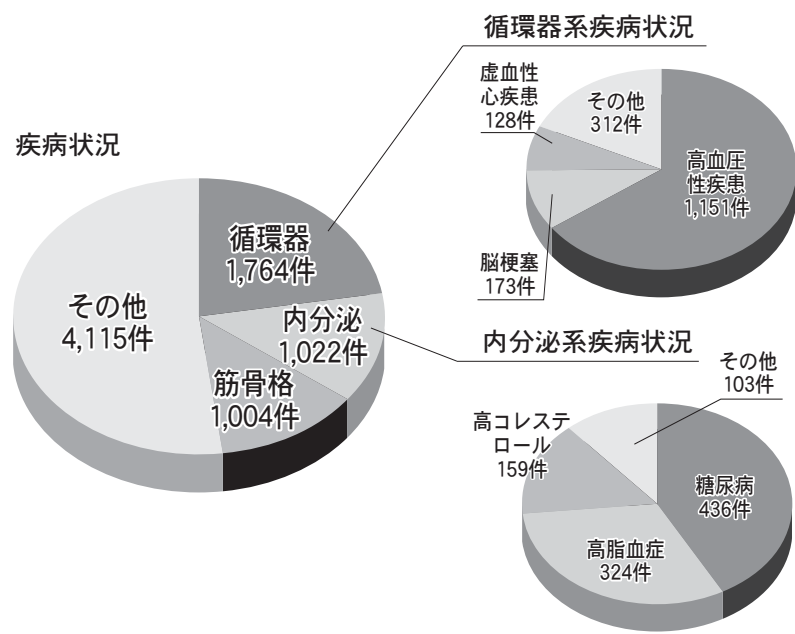
内分泌系の病気

糖尿病や高脂血症といった疾病が多く、特に糖尿病は放置するとさまざまな合併症を引き起こします。

例えば、糖尿病性腎症は人工透析導入原因の第1位であ

40歳以上の国保加入者の疾病状況

（平成21年5月、8月、11月、平成22年2月診療分レセプト集計結果）



り、糖尿病性網膜症も成人の失明原因として大きな比率を占めています。また、高脂血症・高コレステロールも、放置しておくとも動脈硬化が進行し、心臓病などを招くおそれがあります。

毎年受けましょう

特定健診は、糖尿病や高血圧など生活習慣病の予防に重点を置いた健診です。自覚症状のない生活習慣病を早期に発見し予防するためには、毎年健診を受け、自分の健康状態を過去と比較して、日々の生活習慣を見直すことが大切です。

留萌市では、特定健診を受診した皆さんに健診結果を3カ年分一覧にしてお知らせしていますので、数値の変化も一目でわかります。

たとえ異常が無かったとしても、毎年健診を受け数値の変化を把握しましょう。

通院中の方も

特定健診は現在通院中の方や、すでに生活習慣病と診断

され治療を受けている方も対象となります。それは、病院での治療の一環としての検査と特定健診は目的や検査項目が異なるためです。留萌市では、医師の指導や治療と併せ、1人ひとりの特定健診の結果に応じて、保健師や栄養士など健康づくりの専門家による生活習慣の改善に向けたサポートを行っています。

まだ間に合います

2月は、平成22年度の最終の集団健診となっています。集団健診では、特定健診と併せて心電図の検査やがん検診も同時に受診することができます。

現在申し込みを受け付けておりますので、この機会には是非受診しましょう。



集団健診のご案内

●日時 2月18日(金)～20日(日)

7:00～11:00

●場所 は一とふる

（自己負担金 500円）

※心電図希望の場合は別途500円

〈対象者〉

- 40歳以上の国民健康保険加入者
- 後期高齢者医療制度加入者

※30歳から39歳までの方には、半日人間ドックの受診を随時受け付けております。

（自己負担金5,000円）

お申し込みは 市・市民課保険給付係 ☎42・1805まで

予約無しでいつでも個別健診

（平成23年3月末まで）

集団健診のほかにも、かかりつけ医をはじめ、市内の各病院で予約をしなくても特定健診を受診することができます。（自己負担金500円）通院の際やお近くの病院で気軽に受診できますので、かかりつけ医にご相談のうえ年に1度は必ず特定健診を受けましょう。

〈健診項目〉

- 問診・身体計測
- 血圧（高血圧を調べます）
- 血液検査（高血糖・脂質異常・貧血・肝・腎機能を調べます）
- 尿検査（高血糖・腎機能を調べます）

〈集団健診時同時受診項目〉

- がん検診（胃・肺・大腸）
- 追加自己負担金は1種目につき500円。
（ただし75歳以上の方は無料）

■個別健診実施医療機関

- 荻野病院 ○川上内科医院
- たけうち内科循環器内科医院 ○富山整形外科
- 藤田クリニック ○留萌記念病院
- 留萌セントラルクリニック
- 渡部整形外科医院
- ※留萌市立病院（事前予約が必要です）

お問い合わせ先 市・市民課保険給付係 ☎42・1805