

平成30年度から「保険者努力支援制度」が本格実施されます

▼「保険者努力支援制度」は、医療制度や国民皆保険を守るための制度です。

国が各市町村や国民健康保険加入者の健康に関する取り組みについて点数で評価し、そのポイントによって支援金の分配額を決定します。

【評価される主な項目】

- ◎特定健診受診率 ◎特定保健指導実施率
- ◎メタボリックシンドローム該当者および予備群の改善率
- ◎がん検診受診率 など

●ポイントが高い場合

保険税	支援金
-----	-----

●ポイントが低い場合

保険税	負担増	支援金
-----	-----	-----

国の支援金は、ポイントが高い市町村に多く分配されます。一方、ポイントが低い市町村は、国の支援金の分配額が少なくなってしまうので、保険税の負担が増える可能性があります。

皆さんが特定健診などを受診することで、ポイントがアップします。



市が取り組むこと

- ◎保健事業（特定健診結果説明会・健康相談・運動教室など）の実施

皆さんに取り組んでほしいこと

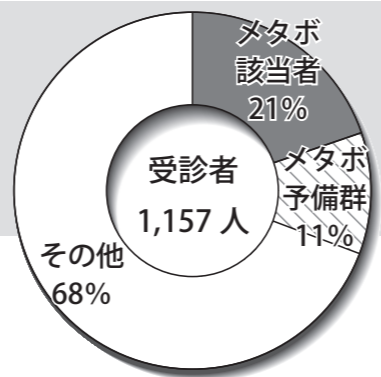
- ◎定期的に特定健診・がん検診を受診する
- ◎特定保健指導（該当者）に参加する など

■特定健診でメタボ予防！

平成28年度に実施した特定健診では、受診者1,157人のうち、2割がメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群・メタボ）該当者、1割がメタボ予備群という結果となっています。

メタボになってしまうと、動脈硬化が進行して脳梗塞や心筋梗塞などを発症しやすくなります。手遅れになる前に、特定健診で病気の予兆を早期発見し、生活習慣を改善していくことが大切です。

▼市の特定健診におけるメタボ該当者の割合（平成28年度）



▼市では下記の電話番号を使い、特定健診の電話勧奨を行っています。皆さんのご理解とご協力をお願いします。

【電話番号】
◎42-2301

※この電話番号は発信専用です。

「秋の特定健診・各種がん検診」の日程などについては、広報るもい今月号（No.725）の27ページや市ホームページ（<http://www.e-rumoi.jp/>）でも掲載しています。ぜひご覧ください。

◎「秋の特定健診・各種がん検診」の詳細については、市ホームページ（<http://www.e-rumoi.jp/>）をご覧ください。

留萌市 秋の特定健診

検索

特集



特定健診で生活習慣病予防

生活習慣病を予防するためには、定期的に特定健診を受診し、早い段階で病気の予兆を見つけ出すことが大切です。

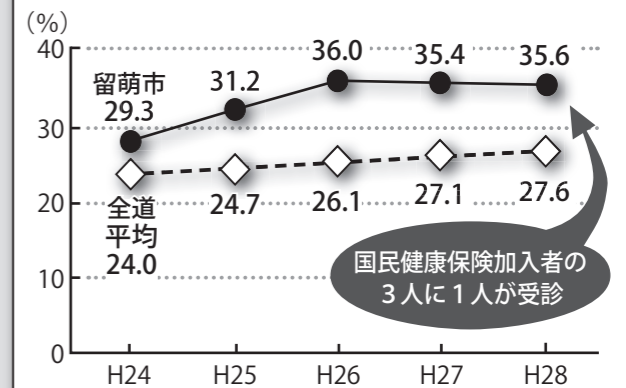
問 市・市民課 ☎42-1805

特定健診を受診しましょう

▼特定健診（特定健康診査）は、生活習慣病の原因となるメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群・メタボ）の早期発見を目的として、日本全国の40歳以上の方を対象に実施しています。

特定健診受診率の推移を見ると、留萌市の平成28年度受診率は35.6%となっており、留萌市国民健康保険加入者の3人に1人が特定健診を受診しています。

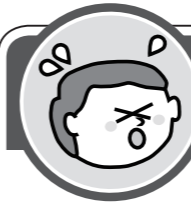
【特定健診受診率の推移】（平成24～28年度）



国民健康保険加入者の3人に1人が受診

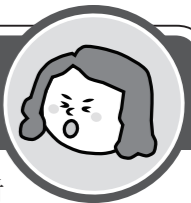
「わかっているけど…」そんなあなたへ

【ワンポイント・アドバイス】



**仕事が忙しい！
受診する時間がない**

病気になってしまったら、仕事どころではありません。元気に働き続けるためにも、定期的に特定健診を受診し、ご自身の健康状態を確認しましょう。



**通院してるから
受けなくても大丈夫**

通院中の方も特定健診の対象となります。病院の検査では、特定健診の項目を満たしていない場合があります。まずは、かかりつけ医にご相談ください。

**今は健康だから
受診するのが面倒**



生活習慣病は自覚症状がほとんどないため、自分では気付かないまま深刻な病気が進行している恐れがあります。まずは、特定健診を受診しましょう。

年に1度、特定健診を必ず受診し、ご自身の健康状態と生活習慣を振り返りましょう。

