

受けよう定期健診！いかそう健診結果

健康づくりと医療費増加抑制のために



安心して医療を受けるためには、いずれかの健康保険に加入しなければなりません。国民健康保険は、勤務先などの保険に加入できない人の医療費を保障する制度で、加入している被保険者からの国民健康保険税と、国や県の負担金などを財源として市が運営しています。生活習慣病などの影響により医療費が増えることで、国民健康保険税の負担が増えることにもつながります。定期健診を受け一人ひとりが健康づくりに心がけましょう。

健康推進課成人保健担当 ☎ 23-6051
☎ 23-5311

国民健康保険で見える生活習慣病

生活習慣病の一つである高血圧性疾患の国民健康保険受診状況については、平成二十四年五月診療分件数では四十歳代から受診が増え、六十歳代では十人に四人、七十歳代では二人に一人が受診している状況です。

高血圧の状態が長期間続

くと、血管が傷ついたり硬くなって動脈硬化となり、心筋梗塞や狭心症、脳卒中、腎障害などの重大な病気につながります。

高血圧は、健康を阻害するだけではなく医療費の増加の要因にもなります。

日頃から食生活などの生活習慣に気を付け、定期的に特定健診を受けるなど、一人ひとりが健康づくりに心がけましょう。

高血圧性疾患の年齢別受診状況(平成24年5月診療分)

年齢	受診件数	年齢	受診件数
0歳～9歳	0件	40歳～49歳	306件
10歳～19歳	3件	50歳～59歳	1,290件
20歳～29歳	14件	60歳～69歳	4,681件
30歳～39歳	88件	70歳～74歳	2,883件

健康の分かれ道！ 特定健診に行こう

◆特定健診とは

メタボリックシンドロームに着目した健診で、生活習慣病の発症や重症化を予防することが目的です。

【対象者】

加入している医療保険者が実施する健診で、四十歳

から七十四歳のすべての人が対象です。医療機関に病院中の人も受けてください。市では、大崎市国民健康保険加入者に対して実施します。

【受診方法】

① 集団健診 六月から九月まで各地域で実施します。
② 個別健診 六月から十二月まで実施

【費用】

大崎市国民健康保険加入者の特定健診自己負担金は千二百円です。負担金額については加入している医療保険者によって異なります。

医療機関で受診できませんが、予約が必要な医療機関もありますので五月から六月に送付される受診票で確認してください。③ 個人で健康診査を受診人間ドックなどを受診した場合、問診票と健診結果を健康推進課または各総合支所保健福祉課へ提出してください。

◆早期発見・早期改善で健康と医療費の抑制を

自覚症状がないまま静かに進行していく生活習慣病を予防するためには、健診を受け、早期に発見、改善することが必要です。

年ごとの数値の変化を確認して、異常値に近づいている項目を見つけたら、生活習慣の見直しに役立てることが大切です。

長寿社会における「健康寿命の延伸」と「医療費の増加の抑制」を図りましょう。

なぜメタボリックシンドロームは怖いのか？

食べ過ぎ・運動不足・喫煙・飲み過ぎ・ストレス 過剰などの不健康な生活習慣

↓ 放置していると…

内臓脂肪が多い (内臓脂肪型肥満)

① 中性脂肪が高い (脂質異常症) ② 血圧が高め (高血圧) ③ 血糖値が高め (高血糖)

内臓脂肪型肥満に加え、①～③のうち2つ以上あてはまると

メタボリックシンドローム

↓ 放置していると…

動脈硬化

体の各部へ血液を運ぶ動脈が、硬くなったりもろくなったり、つまったりする

↓ 放置していると…

心臓病 脳卒中 糖尿病の合併症など



「平成25年度おおさき市民健診申込書(はがき)」を提出してください

平成25年度「おおさき市民健診」申し込みのお知らせ

平成25年度おおさき市民健診申込書を世帯ごとに郵送しています。受診希望の有無にかかわらず、必ず提出してください。

申込期限 2月15日(金)

健康推進課成人保健担当 ☎ 23-5311

または各総合支所保健福祉課