

平成20年4月から「健診」が変わります!!

新しく「特定健診・特定保健指導」が始まります

●新しく「特定健診・特定保健指導」が始まることになった背景とは…?

①医療費の増加

医療費の多くを占めるのは生活習慣を原因とする「生活習慣病」です。医療費の多くを占める生活習慣病には、心臓病や脳卒中などの循環器病、糖尿病とその合併症（特に腎臓障害）があげられます。

②生活習慣病となる背景に… メタボリックシンドローム （内臓脂肪症候群）

メタボリックシンドロームとは、内臓脂肪による肥満の人が「高血糖」「高血圧」「脂質異常」という危険因子を2つ以上持っている状態をいいます。メタボリックシンドロームの状態になると、動脈硬化が急速に進み、心臓病や脳卒中、糖尿病の発病につながりやすくなります。



メタボリックシンドロームに着目した健診を実施することにより、生活習慣病のリスクが高い人を選定し、選定された人に対して保健指導を実施し生活習慣の改善を目指すことになりました。

国では、平成27年度までに糖尿病等の生活習慣病、及び予備軍を少なくとも25%減少させることを目標としています。



●健診の受け方はどう変わる？

○これまでの健診

（平成20年3月まで）
市町村が行う生活習慣病健診（基本健康診査）など



○特定健診・特定保健指導では

（平成20年4月から）
医療保険者が実施主体となり被保険者・被扶養者（家族）に対して実施します

医療保険者とは、国保、組合健保、政府管掌健康保険、共済組合などのことです。特定健診の特徴は、40歳から74歳までの人を対象に加入する医療保険者が健診を行うこと、メタボリックシンドロームに着目して健診を実施し、リスクにあわせて保健指導を行うことです。

75歳以上の人の健診は、高齢者の医療に関する法律に基づき、「広域連合」が担当する予定です。



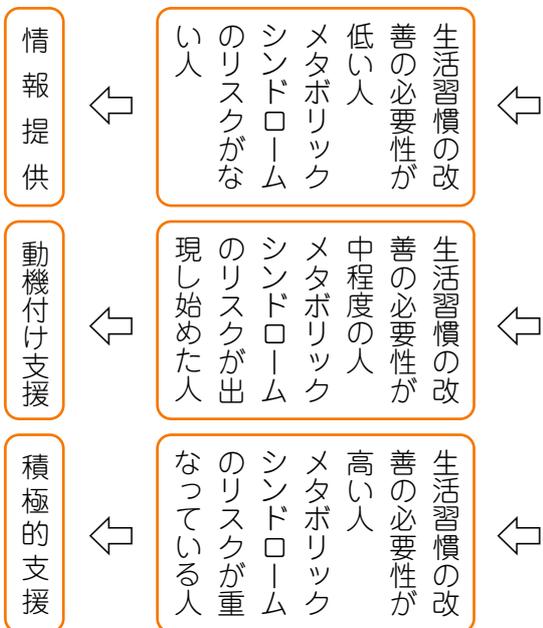
●特定健診・特定保健指導の流れ

特定健診・特定保健指導では、健診でメタボリックシンドローム及び予備軍の人を見つけ、保健指導による改善を目指します。

健診項目Ⅱ問診・身体計測（身長・体重・腹囲）・血圧測定・血液検査・尿検査など

※腹囲測定が新しく追加になります。

結果に基づき階層化



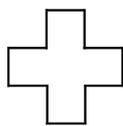
リスクにあわせて保健指導を実施します。

●メタボリックシンドロームの

診断基準について…

内臓脂肪型肥満

腹囲（おへそ周り）
・男性85cm以上
・女性90cm以上



腹囲に加え左の①～③のうち2項目以上が該当（1項目が該当の場合は予備群）

①高血糖

空腹時血糖110mg/dl以上

②脂質異常

中性脂肪150mg/dl以上かつ・又はHDLコレステロール40mg/dl未満

③高血圧

収縮期血圧130mmHg以上かつ・又は拡張期血圧85mmHg以上

▼問い合わせ先Ⅱ保険課 健康診査担当

☎9129



介護予防事業「歯つらつ教室」開催のお知らせ

年齢とともに、食べ物が食べにくい、飲み込みにくいなどの症状が出てくる場合があります。いつまでもおいしく食事を食べるためにも、毎日の歯の手入れは大切です。ついつい口の中（歯）の手入れは後回しになりがちです。

□の中の細菌は、肺炎などの病気の原因にもなり、□の中の健康は全身の健康と密接なつながりがあります。食事はカラダの健康に重要な役割を担っています。しかし、食べ物の入口にあたる口腔が健康でなければそれもかなわないことです。いつまでもいきいきと生涯現役を目標に、介護予防の一環として「歯つらつ教室（健康教室）」を開催します。参加ご希望の人は、左記までご連絡ください。

▼日時・場所Ⅱ10月4日（木） 保健センター
▼時間Ⅱ午前9時30分～正午（受付9時開始）
▼対象者Ⅱおおむね65歳以上の人
▼内容Ⅱ歯科検診、歯科医師講話、歯の手入れ（入れ歯の手入れなどを含む）についての実習など

▼定員Ⅱ先着40名（参加申し込み要）
▼費用Ⅱ無料
▼持ってくるものⅡ自宅で使用している歯ブラシ（入れ歯用のブラシを含む）、ハンカチ又はタオル（歯の手入れの実習で使います。）

●「歯がぐらぐらする」「痛む」「入れ歯が合わない」等ばかりつけの歯科医などに相談するようになりましょう。

▼問い合わせ先Ⅱ

保険課 高齢者支援係 ☎9129