

健康 安心 みんなの国保

Vol.4

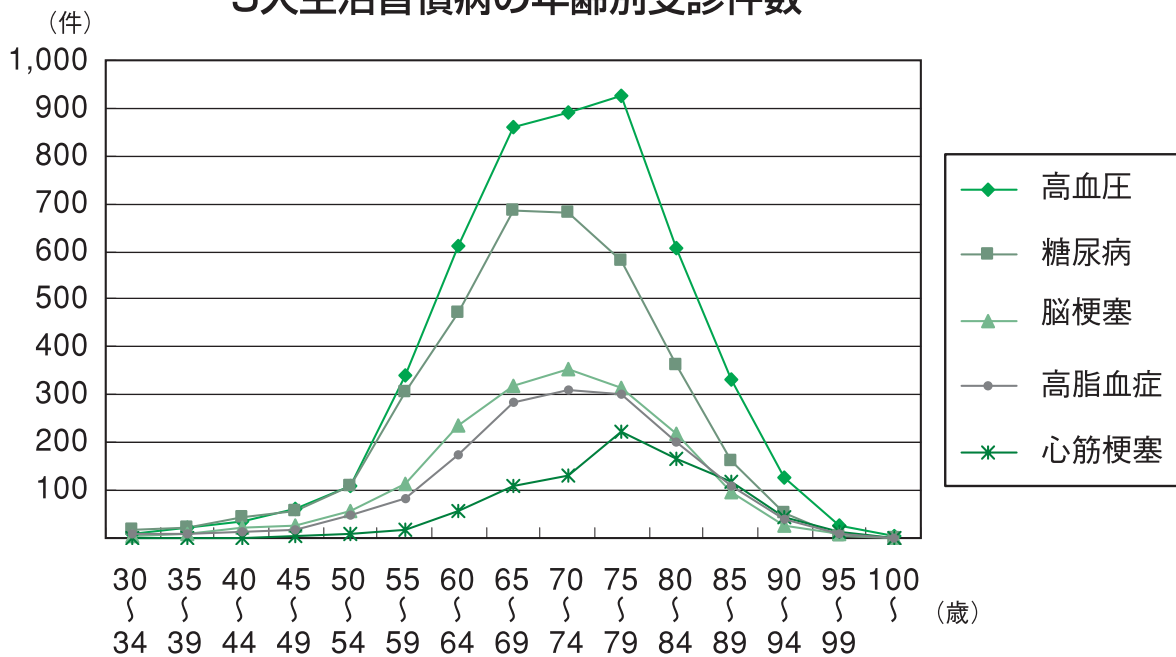
今回からは、平成20年度から新たに始まるメタボリック症候群に着目した「特定健診」「特定保健指導」についてお伝えします。

なぜ、「特定健診」「特定保健指導」が必要なの？

これまでの特集記事から、食生活や運動不足などの生活習慣が、糖尿病をはじめとする生活習慣病の発症に大きく関わっていることがご理解いただけたことと思います。様々な生活習慣の影響は40歳代になって徐々に見られはじめるようで、実際、皆さんの医療機関にかかる状況（下のグラフ）を見ると、40歳代から受診をはじめの方が急激に増えていることがわかります。

深刻な生活習慣病でも、自覚症状があまりないまま進行するため、気付くのが遅れたり、軽く考えたりしてしまう方もいるのではないのでしょうか。しかし、いったん発症してしまうと、長い闘病生活や後遺症で介護が必要になったり、高額な医療費がかかったりして、最悪の場合は命にかかわることもあります。

5大生活習慣病の年齢別受診件数



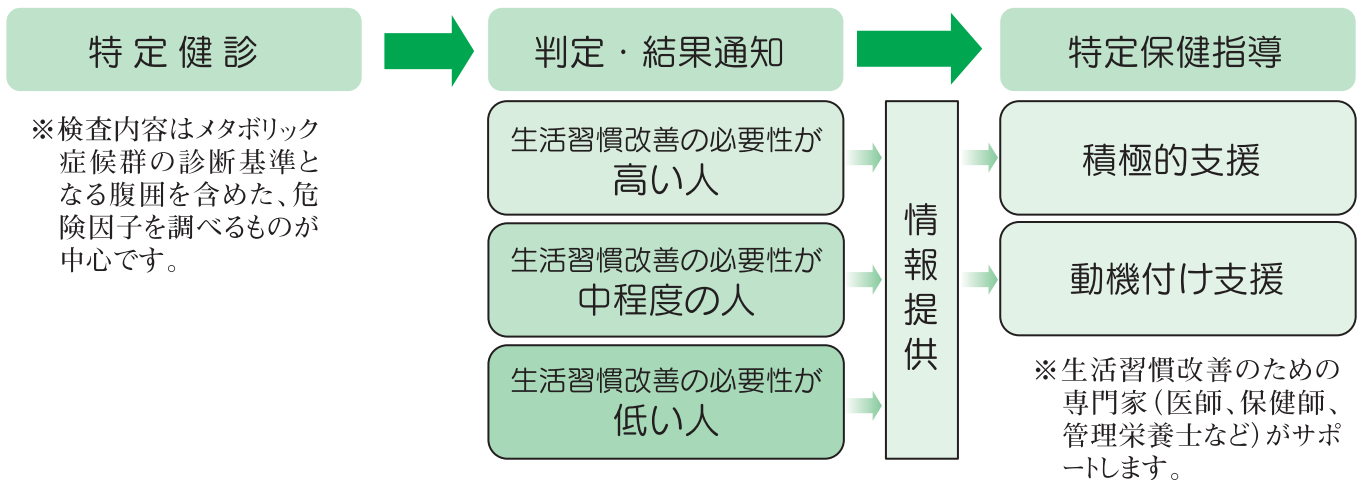
(平成19年4月分下野市医療レセプトより)

そこで、生活習慣病の増加やその医療費の増大を食い止めるため、メタボリック症候群に着目した新しい健診「特定健診」「特定保健指導」が始まることになりました。メタボリック症候群はいわば生活習慣病の“芽”のようなものです。できるだけ早期に発見し、手を打つことがとても重要です。そのため、「特定健診」では健診と保健指導の見直しを図り、40歳から74歳の方を対象とし、発病を予防する内容となりました。



特定健診・特定保健指導の流れ

「特定健診」「特定保健指導」は、おおまかには次のように進められます。



健診を受けるメリット

日ごろ忙しくて健診を受ける機会がなかなか作れない方もいるのではないのでしょうか。しかし、健診を受けることによって、次のようなメリットがあるのです。

- メタボリック症候群を早期に発見できます。**
メタボリック症候群をはじめとする生活習慣病は、気付かないうちに進行します。特定健診は、これらの病気の進行を早期に発見する絶好の機会です。重症にならない段階での改善がとても重要です。
- 実行しやすい生活習慣改善の目標が立てられます。**
積極的支援・動機付け支援の対象となった方は、その方の健康状態やライフスタイルに合わせた専門家からのアドバイスを受けることができます。それによって、実行しやすい目標を立てることができます。
- 継続して健康状態を把握できます。**
皆さんが受けた健診結果は、医療保険者によって保管されるため、毎年の健診を受けることにより、継続して健康状態の変化を把握することができます。
- 医療費が抑制できます。**
生活習慣病にかかる人が減ることにより、医療費を抑制することができます。皆さんが健診を受けて健康になることは、保険税の高騰を防ぎ、国民健康保険の安定した運営につながります。



(厚生労働省HP <http://www.mhlw.go.jp>を参考に作成)

次回は「特定健診および特定保健指導」について、さらにわかりやすくお伝えします。

国民健康保険から、高齢者医療制度の見直しについてのお知らせです

高齢者医療制度について、「与党高齢者医療制度に関するプロジェクトチーム」において次のとおり取りまとめられました。このことにより、高齢受給者証をお持ちで、現在自己負担額が1割の方については、平成20年4月から予定されていた制度改正が変更になります。

70歳～74歳の方の窓口負担について

平成20年4月から平成21年3月までの1年間、医療機関で支払う自己負担額が1割に据え置かれます。

平成20年4月から自己負担額が2割になる予定でしたが、これを今までと同じ1割に据え置くものです。

なお、70歳～74歳で現役並所得のある方及び老人医療に該当している方は除きます。

これに伴い、現在1割負担の方には、3月に新たな高齢受給者証を送付します。

人間ドックの受付終了について

平成20年3月31日受診分までの人間ドックについては、国民健康保険からの補助対象分の受付を終了しました。