

医療コラム
国保でわかる！
健康安心！

下野市のみなさん、はじめまして。

獨協医科大学講師の種市ひろみです。このコーナーでは、下野市の医療費のデータを基に、みなさんへ健康に関する情報をお伝えしていきたいと思っています。これから何回か掲載しますので、どうぞよろしくお願います。

ところで、医療費が年々増えていることは、ニュース等でご存知の事だと思います。そのためか健康に関する意識が高くなり、私の家の近くにあるスポーツジムは朝から夜まで大賑わいです。「トクホ」や「サプリ」などもすっかりおなじみの言葉になりました。健康のために努力している方が、周りにもたくさんいらっしゃるかと思えます。

健康といえば、特定健康診査（特定健診）は受けていますか？またの名を「メタボ健診」といいます。この特定健診では、腹囲はもちろんのこと、血圧、血糖、コレステロール等のチェックが行われます。

ちょっと前のお話ですが、平成20年、21年に特定健診を受けた方のデータから、「これは病院受診をしないと・・・」と思う方がいたため、受

診状況を調べてみました。その内9割の方はすでにどこかの病院に受診して、ひと安心しました。しかし、残りの1割の方は、検査値が悪くても病院を受診されていないようでした。

より詳しく調べたところ、健診結果で血圧が高かった方の約5%は、健診日から6か月経っても病院を受診している様子がありません。また、女性よりも男性に未受診者が多いようです。

健康診査を受けることは病気の早期発見にもつながり、とても大切なことです。しかし、せっかく健康診査の結果を聞いているのに、「病院には忙しくて行けない」、「まだまだ大丈夫」、「病院で何か言われるのが不安だ」等々の理由で、病院に行かないなんて、モッタイナイ、モッタイナイ・・・。健診結果を有効に利用しましょう。

次回は、3月号に掲載予定です。

筆者紹介

種市 ひろみ



獨協医科大学看護学部で在宅看護学の講師をし、また下野市の医療費データを基に市民の健康状況や疾病状況について、調査・分析を行っています。

■ 保健メモ ■ 12月号 12月16日→1月15日

月 日	受付時間	内 容	対 象 者	場 所
12月16日(月)	13:00~14:00	9か月児健診	平成25年2月生まれ	ゆ
12月17日(火)	13:00~14:00	4か月児健診	平成25年8月生まれ	ゆ
12月18日(水)	9:45~10:00	ポピーくらぶ	育児相談:0歳~就学前のお子さん リトミック:1歳6か月~就園前のお子さん	ゆ
1月7日(火)	13:00~14:00	3歳児健診	平成22年10月生まれ	ゆ
1月8日(水)	9:45~10:00	ポピーくらぶ	育児相談:0歳~就学前のお子さん リトミック:1歳6か月~就園前のお子さん	き
1月14日(火)	8:00~10:00	集団検診 (特・後・が・ヤ)	事前申し込み必要	き
	13:00~14:00	1歳6か月児健診	平成24年6月生まれ	ゆ
1月15日(水)	9:45~10:00	ポピーくらぶ	育児相談:0歳~就学前のお子さん リトミック:1歳6か月~就園前のお子さん	ゆ

■内容:特・後・が・ヤ...特定健診・後期高齢者健康診査・がん検診・ヤング健診

■場所:ゆ...ゆうゆう館 き...きらら館

しもつけクイズ

問4

小金井宿の名前の由来にもなっている水が枯れない黄金こがねのような井戸があった場所は、現在の国分寺庁舎の下である。○か×か？