

生活習慣を見直してみませんか？

第二期美郷町特定健康診査等 実施計画を策定しました

生 活習慣病はそれぞれの病気が別々に進行するのではなく、食生活の乱れや運動不足、喫煙などの様々な要因が複雑に絡みあって発症しており、病気の原因を厳密に特定することは困難です。

糖尿病等の発症リスクを高めるものとして、内臓脂肪の蓄積（内臓脂肪型肥満）があります。糖尿病等の生活習慣病は内臓脂肪型肥満に起因する場合があります。多く、内臓脂肪型肥満に加えて糖尿病等のリスクが高まる「メタボリックシンドローム」になると生活習慣病の重症化に陥り、狭心症や心筋梗塞といった虚血性心疾患や脳梗塞、脳出血などの脳血管疾患へと重症化する確率が急激に高くなります。

そのため、メタボリックシンドロームに対し早い段階に正しい対処を行うことは、糖尿病等の生活習慣病の発症リスクを抑え、医療費を抑制することにもつながります。

このような状況から、平成20年度から5年にわたり「美郷町特定健康診査等実施計画」に基づいて生活習慣病の

予防や改善のための取り組みを行ってきました。毎年春に行われる早朝総合健診において、美郷町国民健康保険に加入する40歳以上75歳未満の方を対象に実施している特定健康診査もその一つです。町独自の健診項目としてクレアチニン値、尿酸値、心電図検査を追加しています。

平成24年度の美郷町の特定健康診査受診率は、57.4%（見込み）で、国が定める目標値にはまだ到達できていません。また、特定保健指導目標実施率に至っては目標値を大きく下回っており、更なる取り組みの強化が求められています。

現状を踏まえて、第二期美郷町特定健康診査等実施計画を策定しました。生活習慣病の発症や重症化を予防するための有効な手段としてメタボリックシンドロームに着目し、生活習慣の改善が必要な方を的確に抽出して支援を行うことで、医療費の抑制につなげるねらいがあります。

この計画の内容については、美郷町ホームページで公開しています。

私たちの生活習慣の変化により、糖尿病や高血圧症、高脂血症などの生活習慣病の有病者や予備群が増加しています。生活習慣病は日本人の死亡原因の3分の2近くを占めるほか、国民医療費の約3割を占めるともいわれています。



【特定健康診査目標実施率】

年度	H24	H25	H26	H27	H28	H29	国の目標値
目標値	57.4% (実績見込)	58.0%	58.5%	59.0%	59.5%	60.0%	60%

【特定健康診査目標実施率】

年度	H24	H25	H26	H27	H28	H29	国の目標値
目標値	23.9% (実績見込)	25.0%	45.0%	50.0%	55.0%	60.0%	60%

平成25年度の美郷町早朝総合健診は 4月9日からはじまります

健康づくり推進員を通じて受診通知書（採尿・採便容器、喀痰容器等を同封）を配布していますので、注意事項をご確認のうえ受診してください。

社会保険から国民健康保険への切り替えや、転入などで新たに受診を希望される方は、美郷町保健センターまでご連絡ください。

持ち物●健康保険証、健康手帳、特定健康診査受診券

【特定健康診査および健康診査の検診項目】

審査の種類	対象者	検診項目
特定健康診査 ※美郷町では独自に基本的な検診項目を増やして特定健康診査を実施しています。	美郷町の国民健康保険に加入している、40歳以上75歳未満の方	■基本的な検診項目 問診、身体測定（身長、体重、腹囲、BMI）、血圧測定、検尿、血液検査（クレアチニン値・尿酸値検査も実施）、診察、心電図 ■詳細な検診項目 眼底・貧血検査のうち、医師が必要と判断したものを検査
健康診査	後期高齢者医療制度加入者	問診、身体測定（身長、体重、BMI）、血圧測定、検尿、血液検査、診察

「協会けんぽ」加入者のご家族の方へ

協会けんぽ（旧社会保険）に加入している40歳以上75歳未満の被扶養者の方は、町の早朝総合健診を受けることができます。受診の際は協会けんぽ発行の受診券と保険証をご持参ください。（一部自己負担があります。）

☎ 全国健康保険協会 秋田県支部 ☎018(883)1893

特定健康診査・健康診査を受けることができなかった方は 人間ドック等への助成制度をご活用ください

美郷町では、国民健康保険と後期高齢者医療制度の加入者を対象に、人間ドックまたは脳ドックの費用の一部を助成しています。特定健康診査等を受けることができ

なかった方や、初めて希望する方など、詳しい手続き方法については町福祉保健課医療保険班までお問い合わせください。

対象	美郷町国民健康保険加入者（40歳～74歳）	後期高齢者医療加入者
町契約健診機関	《人間ドック》 秋田県総合保健センター、大曲中通病院、 仙北組合総合病院、平鹿総合病院、市立大森病院 《脳ドック》 大石脳外科クリニック	《人間ドック》 大曲中通病院、仙北組合総合病院、 市立大森病院 《脳ドック》 大石脳外科クリニック

※平成25年度の人間ドック等助成への申込期限は平成25年12月27日です。

上記の町契約健診機関で受診する場合

**ドック費用額から助成金が
差し引かれて請求されます**

上記以外の健診機関で受診する場合

**ドック費用を全額支払った後
町から助成金を交付します**

いずれの場合も、ドック受診前に次の手続きが必要です

希望する健診機関に「美郷町の国保（または後期高齢者）のドックを受診したい」旨を伝えて自分で受診予約し、ドック受診前に町へ「助成金交付申請書」を提出してください。

※「助成金交付申請書」は町福祉保健課および六郷・仙南の各出張所に備えています。

問い合わせ●町福祉保健課 医療保険班 ☎0187(84)4907