

教	え	て
特	定	健
康	診	査

今年度から、メタボリックシンドロームの早期発見を目的とした「特定健康診査」を行うことが各医療保険者に義務付けられ、その内容については広報3月号の健康コラムでお知らせしましたが、羽幌町が国民健康保険の医療保険者として40歳～74歳までの国保加入者のみなさんに対して特定健康診査を実施することになりますので、よくある質問をQ & A形式でご紹介します。

### 【特定健診の健診項目】

特定健診の内容は内臓脂肪がベースになって起こるメタボリックシンドロームを見つけ出し、メタボ該当者及び予備軍(保健指導の対象)となるかを判断するための健診です。羽幌町では、次の健診項目を受診者全員に実施します。

基本的な健診項目	詳細な健診項目
1 質問票（服薬歴・喫煙歴など） 2 身体計測（身長・体重・BMI・腹囲） 3 理学的検査（身体診察） 4 血圧測定 5 血液検査・脂質検査（中性脂肪・HDLコレステロール・LDLコレステロール） 6 血糖検査（空腹時血糖・HbA1c） 7 肝機能検査（GOT・GPT・ $\gamma$ -GTP） 8 検尿（尿糖・尿蛋白）	1 心電図検査 2 眼底検査 3 貧血検査（赤血球数・血色素量・ヘマトクリット値）
	羽幌町独自の健診項目
	1 尿酸検査 2 クレアチニン検査

### 【特定保健指導】

特定健診の結果、一定の基準によって「3つのレベル」に区分し、それぞれレベルに応じた保健指導が行われます。

情報提供	動機づけ支援	積極的支援
すべての受診者に対して、健康づくりに必要な情報が提供されます。	メタボ予備軍の方に対して、生活習慣改善のための目標を立て、自主的に取組めるよう支援します。	メタボ該当の方に対し、生活習慣改善のための目標や行動計画を立て、3カ月以上の継続的支援を実施。

### 【特定健診の重要性】

健診は健康増進を図るうえで最も基本的であり、重要なことです。健診を受けることにより、健康状態を把握し規則正しい生活を身につけることができます。また、次のようなメリットもあります。

健診を受けるメリット
1 メタボをはじめ、生活習慣病は気付かぬうちに進行します。特定健診はこれらの病気の進行を早期に発見する機会となります。
2 特定保健指導では、個人の健康状態や生活状況に合わせたアドバイスを受けられるので、実行しやすい改善目標が立てられます。
3 みな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、継続して健康状態の変化を確認できます。
4 生活習慣病にかかる人全体の数を減らすことができれば医療費を抑制できます。また、羽幌町の国民健康保険全体の健診結果により、今年度から実施された「長寿医療制度(後期高齢者医療制度)」において課金される支援金の額が増減します。みなさんが健診を受けて健康になることが、羽幌町国保の安定した運営にもつながるのです。



### ☎お問い合わせ

福祉課国保医療年金係 ☎62-1211(内線125)

✉fukushi@town.haboro.hokkaido.jp

### 社会保険などの加入者は受けられないの？

40歳～74歳の方は、それぞれ加入している医療保険者が特定健診の実施義務を担っており、加入者本人だけでなく被扶養者も含めて健診の対象となります。各自加入されている保険者(保険証で確認できます)へお問い合わせください。

### 40歳未満の人は受けられないの？

事業所健診など、他で健診を受ける機会のない方は、加入している医療保険の種類に関わらず、羽幌町が実施する健診を受けることができます。

### 75歳以上の人はどうなるの？

75歳以上の方が加入されている医療保険(長寿医療制度)の保険者である北海道後期高齢者医療広域連合が、町に健診の実施を委託していますので、国保加入者の方と同様に羽幌町が実施する健診を受けることができます。ただし、生活習慣病の治療をしていない方に限られます。

### 職場の健康診断を受けたけど？

各職場が実施する事業所健診を受けられている方は、健診結果を保険者に提供することで特定健診を行ったとみなされますので、新たに受診する必要はありません。

### がん検診など他の検診はどうなるの？

医療保険の種類に関係なく、今までどおり受診することができます。昨年まで住民健診と胃がん・肺がん検診を同じ日に実施していましたが、今年から市街地区については、特定健診とがん検診を別日程で実施します。

### 自分で人間ドックを受けた場合は？

各自で健診を受診済み、または受診予定の方はその健診結果を提供いただくことにより、特定健診の実施に代えることができます。国保加入者でそのような方がありましたら、福祉課までご連絡ください。

羽幌町の特定健診は、離島地区が6月下旬、市街地区は7月と1月に実施します。健診日程が近くなりましたら回覧文書などでお知らせします。40歳～74歳の国民健康保険加入者へは、別途案内文書を送付いたします。羽幌町では特定健診等への理解を深め、多くの方に受診いただくために「特定健康診査等実施計画」を策定しました。公共施設窓口や町ホームページでご覧いただくことができます。

