



あなたのからだ大丈夫ですか!?

～菊池市特定健診結果・国保医療費より～

特定健診を受けていますか。特定健診は、心臓病や脳卒中など深刻な生活習慣病のリスクとなる「メタボリックシンドローム」に着目した健診です。しかし、受診者の数はなかなか増えません。今回は特定健診の必要性についてお伝えします。

問い合わせ先 健康推進課健康推進係
☎ 0968(25)7219

特定健診とは

40歳～74歳の人を対象に、心臓病や脳卒中など深刻な生活習慣病のリスクとなる「メタボリックシンドローム」(以下メタボ)に着目した健診で、平成20年に始まりました。

メタボは最近よく耳にするようになってきましたが、単に「太った」という意味で考えている人も多いのではないのでしょうか。メタボは「内臓脂肪型肥満(内臓脂肪が蓄積すること)によって血圧や血糖が高くなったり、血中のコレステロールや中性脂肪などの脂質異常が起こったりして、食事や運動などの生活習慣を改善しなければ心筋梗塞や脳卒中などが起こりやすくなる状態」のことです。本市では国保加入の40歳～74歳の人を対象に実施しています。

■集団健診 菊池養生園
8月～11月

■個別健診 市内医療機関
8月～翌年2月

受診率が低迷!
県内47市町村中44位

健診を受けているのは対象者の約3割で、7割の人が健診を受けていません。平成26年度は県内の47市町村中44位と低い位置にあります。

特定健診受診率

■特定健診受診率

- 平成23年度 31.9%
- 平成24年度 30.0%
- 平成25年度 32.4%
- 平成26年度 30.2%

健診を受けていない7割の人の内訳では、治療中の人が67%、治療も健診も受けていない人が33%。国が示している特定健診受診率の目標は60%(平成29年度)で、本市の受診率の低さが分かります。

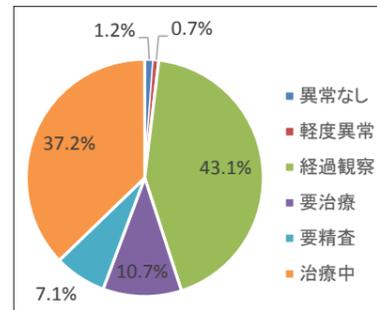
菊池市はメタボが多い!?

本市は、県平均と比べメタボ該当者と予備群の割合が高くなっています(表1)。

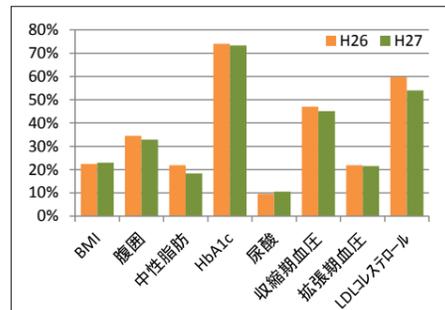
健診項目ごとの有所見率(特定健診の基準値を超えている人の割合)を見ると、腹囲で3割、血糖の状態を診る(HbA1c)で7割、血圧では収縮期血圧(上の血圧)が5割弱、血液中の脂質「LDLコレステロール」(通称悪玉コレステロール)では、約5割の人が基準値を超えています。総合判定で異常なしの人は1.2%しかおらず、ほとんどの人がいずれかの項目で基準値を超えている状況です(表3)。

内臓脂肪の脂肪細胞からはいろいろな物質が分泌されていま

【表3】特定健診結果判別円グラフ



【表2】健診結果(集団)の有所見率(平成26・27年度)



【表1】メタボ該当者・予備群割合(%)

年度	メタボ該当者・予備群割合(%)		
	上段:メタボ該当者	中段:メタボ予備群	下段:合計
平成24年度	15.4	16.4	14.1
平成25年度	14.5	12.7	13.7
平成26年度	29.9	29.1	27.8
平成27年度	15.6	15.5	15.8
熊本県	11.9	11.7	11.7
国	27.4	27.1	27.5

す。中性脂肪を増やす物質やインスリンの働きを抑制し血糖を上げる物質、血圧を上げる物質などです。

■被保険者1人当たりの医療費

- 菊池市 2万7224円
- 熊本県 2万6570円
- 国 2万3292円

※出典:平成26年度国保データベース

■健康未受診者の生活習慣病治療費は、健診受診者の生活習慣病治療費に比べ約6倍高くなっています。

■健診受診者と健診未受診者の1人当たりの生活習慣病治療費の比較

- 受診者 5527円
- 未受診者 3万6517円

国民健康保険の医療費も生活習慣病の増加、重症化により年々増えている状況です。本市の被保険者1人当たりの医療費は、県・国よりも高くなっています。

健診で体を点検!

私たちの体は、検査をしないと血液や肝臓、腎臓、心臓の状態など知ることができません。生活習慣病は、自覚症状として現れるときはかなり病状が進んだ状態です。気付いたときには、日常生活が制限されたり、多くの治療費がかかったりするようになります。

健診を受けることで、体の状態を知ることができ、生活改善につながることで、生活習慣病や重症化を予防できます。病気になる前から健康のありがたさを感じるのでは、遅すぎます。まずは健診を受けることから始めましょう。毎年受診する人はもちろん、健診を受けたことがない、しばらく受けていないという人はぜひ、自分の体の点検、として受けましょう。

平成28年度の健診は、5月に各世帯に申込書を送付します。特定健診の他、各種がん検診(肺・胃・大腸・子宮・乳)超音波健診も受けられます。



MR・二種混合の予防接種はお済みですか

無料で接種できる期間は3月31日(木)までです。まだ接種が済んでいない人は体調が良いときに早めに受けましょう。

対象者

- ▼MR(麻しん・風しん) 小学校入学前1年間に当たる幼児(平成21年4月2日～平成22年4月1日生まれ)
- ▼二種混合(ジフテリア・破傷風) 小学6年生(平成15年4月2日～平成16年4月1日生まれ)

接種場所 指定医療機関(事前に予約してください)

注意するもの ▼母子健康手帳

▼予診票(予診票がない人は、母子健康手帳をお持ちのうえ健康推進課または各総合支所総務民生課で受け取ってください)

献血にご協力ください

予防疫種の間違いを防ぐため、予約時や接種前にワクチン種別、接種間隔などを確認しましょう。

とき 3月2日(休)

午前9時30分～正午

ところ 旭志公民館

内容 400ミリット献血

薬を飲んでいない人でも献血できる場合があります。会場で医師が判断しますのでご相談ください。皆さんのご協力をよろしくお願いたします。

献血の安全性向上のため、運転免許証やパスポートなどの身分証による本人確認をお願いしています。献血カードがある人は一緒にお持ちください。

HIV検査目的の献血はお断りしています

HIV検査は菊池保健所(☎0968(25)4138)で行ってください。無料・匿名で検査を受けられます。

くまモングッズがもらえます

日赤血液センターでは、複数回献血を行うとくまモングッズがもらえるキャンペーンを実施中です。

詳しくはホームページをご覧ください。(One More 献血キャンペーン)で検索)

歯ツピーキッズ

3歳児健診時「むし歯なし」の子を1月15日・22日の歯科健診の結果で、むし歯がなかった子どもを紹介いたします。(敬称略)

- 國崎電蛇愛 (菊) 高野瀬
 - 中川颯真 (菊) 高野瀬
 - 新川知優 (菊) 高野瀬
 - 森上結羽 (菊) 高野瀬
 - 岡本朋輝 (菊) 上赤星
 - 中原碧斗 (菊) 神来
 - 川口にこ (菊) 村田
 - 朝永ひまわり (菊) 大琳寺
 - 高木蓮虎 (菊) 大琳寺
 - 竹崎悠翔 (菊) 中西寺
 - 山口愛織 (菊) 東原
 - 城空輝 (菊) 東正観寺
 - 最上結月 (菊) 北原
 - 木佐木夏恋 (菊) 巨
 - 高野慶星 (七) 梶迫
 - 後藤太我 (七) 流川
 - 田中颯隼 (七) 元村
 - 山下美羽 (酒) 久米二
 - 河村陽斗 (酒) 富の原二
 - 河村雄斗 (酒) 富の原二
 - 牛島陽縁 (酒) 富の原二
 - 森永琉心 (酒) 富の原二
- ※行政区は健診日時点。