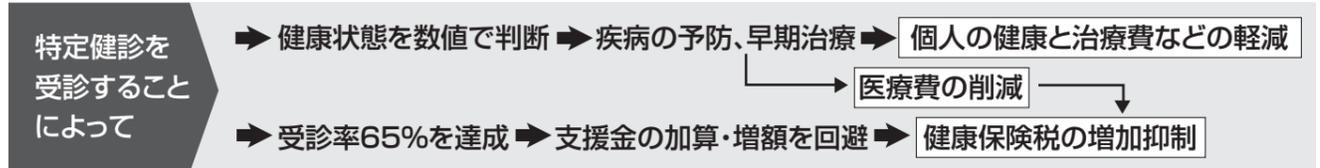


毎年、福津市国民健康保険に加入している30歳から74歳までの人を対象に、特定健康診査(特定健診)を実施しています。今年度まだ受診していない人は早めに受診しましょう。

特定健診とは？

脳卒中、心筋梗塞などの健康障害前段階である生活習慣病(糖尿病、高血圧など)を、自覚症状が出る前の早い段階で見つけることを目的とした健診です。健診の結果、生活習慣病の発症のリスクが高い人には、保健師や管理栄養士が保健指導を実施し、生活習慣を見直すお手伝いをします。

どうして、特定健診を受けないといけないの？



高血圧や糖尿病、透析など、生活習慣病関連の疾患にかかる医療費は、現在、国民医療費全体のほぼ3分の1を占めているといわれており、福津市でもその傾向にあります。

国は、平成20年度に特定健康診査(特定健診)・特定保健指導を導入し、メタボ該当者や予備軍を発見、その後の保健指導により生活習慣病の発症を防ぎ、医療費の削減につなげることを制度として医療保険者(市など)に義務付けました。そして特定健診の受診率などに目標値を設定し、その数値は医療保険者が支払う後期高齢者医療制度への支援金の額に反映され、受診率などが低い場合は、今後支援金が増額される可能性があります。市では平成24年度までに受診率を65%以上にするを目標としていますが、支援金が増額された場合、それは加入している被保険者に跳ね返り、健康保険税が上がることもつながります。

何より、一人一人が健康であることが一番大切です。生活習慣病発症後の通院や治療、重い後遺症などにかかる物理的・精神的な負担は計り知れません。皆さんが、終生、健康な生活を送るために、市も健診や保健指導をより良い内容にするよう努力しています。まずは毎年健診を受け、自分の健診結果の数値を知ることから始めましょう。

受診方法

特定健診は1年(4月1日～翌年3月31日)に1回しか受診できません。ご注意ください。

個別の医療機関で受診する場合 (30歳代の人は受診できません)

- 医療機関に直接申し込みください。
- 受診の際には「特定健康診査受診券」が必要です。
- 個別の医療機関では、市が実施するがん検診などは受診できません。
- 受診できる医療機関については、市いきいき健康課(ふくとびあ)、または直接医療機関にお尋ねください。

ふくとびあなど(集団健診)や宗像医師会健診センターで受診する場合

- 3週間前までに市いきいき健康課へ電話などで申し込みください。
- 特定健診と同時にがん検診なども受診できます。
- 託児が必要な人は、健診日の1週間前までに申し込みください(ふくとびあなどでの健診の場合のみ。子ども1人当たり1回300円)。

■ 集団健診の日程(集団健診は12月までです！)

会場	日程	託児	会場	日程	託児
神興東小学校	10月22日(土)		ふくとびあ	11月16日(水)	
ふくとびあ	10月24日(月)			12月5日(月) ※レディースデー	○
	11月1日(火)			12月6日(火)	
	11月6日(日)			12月15日(木)	
	11月10日(木)	○		12月18日(日)	
	11月14日(月)			12月20日(火)	

※レディースデーは、医師・問診・婦人がん検診技師など、原則的に女性スタッフが担当します(男性は受診できません)。ただし、急患などの緊急時には医師が男性に変更になる場合もあります。

■ 節目健診の日程

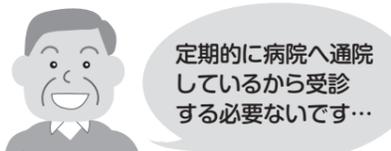
会場	日程	託児
ふくとびあ	12月14日(水)	○

※宗像医師会健診センターでの健診の日程については「健康カレンダー」または市公式ホームページをご覧ください。宗像医師会健診センターでは平成24年3月まで健診を行っています。1日当たりの定員が少ないため、早めにご予約ください。

■ 検診項目(自己負担金)と対象者(年齢は平成24年3月31日現在)

検診項目	自己負担金	対象者
特定健診	500円	30歳から74歳未満(特定健診受診日現在)で、福津市国民健康保険に加入している人
肝炎(無料)		40歳～70歳で検査を受けたことがない人
結核検診(無料)		65歳以上
肺がん検診(500円)		30歳以上
胃がん検診(500円)		30歳以上
大腸がん検診(700円)		30歳以上
前立腺がん検診(200円)		50歳以上74歳以下、2年に1回(男性のみ)
子宮がん検診(400円)		20歳以上、2年に1回(女性のみ)
乳がん(視触診)検診(300円)		30歳以上、2年に1回(女性のみ)
乳がん検診(800円)(視触診+マンモグラフィ)		40歳以上、2年に1回(女性のみ)
骨粗しょう症健診(400円)		40、45、50、55、60、65、70歳の女性
成人歯科健診(200円)		40、50、60、70歳

次のような人はいませんか？



今年度から個別の医療機関でも受診できるようになりました

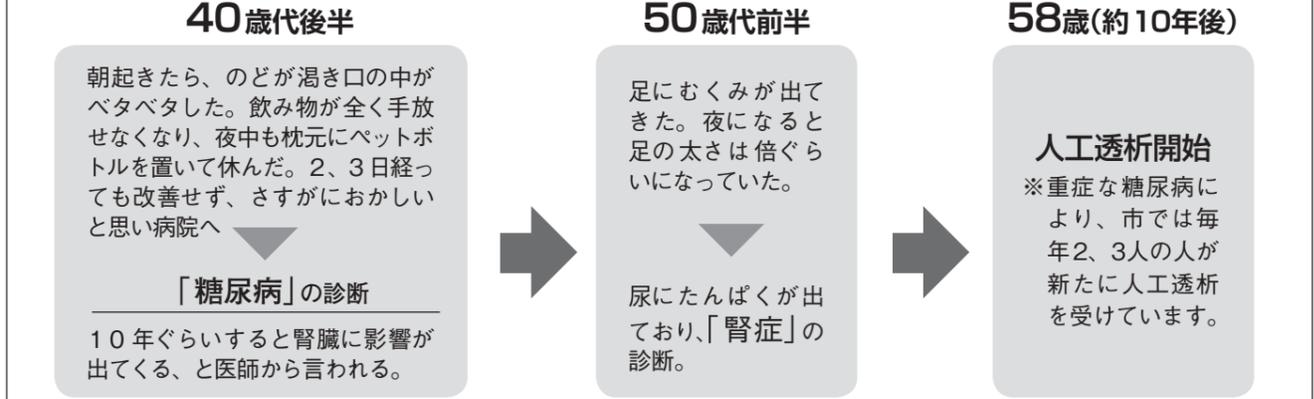
40歳～74歳の人は個別の医療機関(指定の医療機関のみ)で特定健診を受けることができます。また、定期的に病院で検査を受けている場合でも、特定健診の検査項目より少ない場合もありますので、ぜひ特定健診を受診してください。

生活習慣病は進行するまで症状が出にくいのが特徴です

健康だと思っても、症状が出る頃にはすでに重症になっていることがあります。健診は自覚症状がないうちの早期発見が目的ですので、健康だと思っている人こそ受診していただきたいと思います。早期発見による早期治療の結果、医療費も少なく済み、皆さんの経済的負担・治療にかかる時間的負担も減らすことができます。

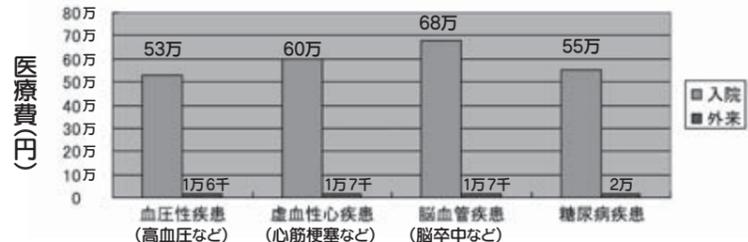
□ ある男性Aさんの実際のお話です。

Aさんは市で健診が行われていることは知っていましたが、受診したことはなく、自分は健康だと思っていました。しかし...



保健師: のどの渇きのような自覚症状が出た時には、すでに病気がかなり進んでしまっています。健診を受けていれば、もっと早くその兆候を見つけることができたと思います。糖尿病などは治療だけではなく、食事などの生活習慣の改善が不可欠です。Aさんも私たちと一緒に生活習慣を見直していただければ、きっと人工透析は避けることができたのではないのでしょうか。

1人当たり疾患別1カ月の医療費(福津市国民健康保険 平成22年5月診療分)



生活習慣病が重症化し入院となれば、左のグラフのように外来での治療と比べ、とても多くの医療費が掛かります。重症化する人が増えて医療費が上昇すれば、医療保険の運営が不安定となり、その結果、皆さんが支払う健康保険税が増えることになります。皆さんの健康とお財布を守るためにも、健診を受けて元気に過ごしましょう！

血液検査項目	内容	血液検査項目	内容
中性脂肪	中性脂肪や、動脈硬化を促進するLDLコレステロールが血液中に多くないか、またHDLコレステロールが少なくないか調べます。	クレアチニン	腎機能に問題がないか調べます。
HDL(善玉)コレステロール		尿酸	痛風や腎臓障害の原因になる尿酸の値を調べます。
LDL(悪玉)コレステロール		赤血球	貧血がないか調べます。
GOT	肝機能に問題がないか調べます。	ヘマトクリット	
GPT			尿検査項目
γ-GTP		尿糖 尿蛋白 尿潜血	
空腹時血糖	肥満や糖尿病などにより代謝異常を起こし、血液中に糖が余っていないか調べます。	心電図	心筋梗塞など心臓の異常を調べます(一部の対象者のみ)。
ヘモグロビンA1c		眼底	糖尿病などによる血管の変化がないか調べます(一部の対象者のみ)。

※ 個別の医療機関で受診する場合は貧血検査を行わないことがあります。