

# 年に一度の健康チェック

## 特定健康診査を受けましょう

10月は「国保財政健全化対策強調月間」です

### 特定健診とは

日本人の三人に一人は、心臓病や脳卒中といった「循環器病」が原因で亡くなっており、本市においても同様となっています。特定健診は、心臓病や脳

卒中などの生活習慣病の前触れである「メタボリックシンドローム(※)」を発見し、生活改善につなぐために行う健診です。生活習慣病は、自覚症状が出にくく、突然倒れたり、気付いた時には重症だった

りというケースも少なくありません(表1)。毎年、特定健診を受けて、メタボリックシンドロームのリスクを調べましょう。

特定健診ですが、本市の受診率は、県や全国平均と比較すると低い現状にあります。平成二十四年度は、県内五十九市町村の中で、最下位となっています。特に働き盛りの四十から五十歳代の受診率が、低く



お問い合わせ  
国保年金課  
調査給付係  
☎22・7425

なっています(表2)。

### 国保特定健診は無料

国民健康保険の特定健診は、無料で受けられます。また、特定健診を受診された方には「フィットネスクラブ体験チケット」を送付しています。

▼対象者 いわき市国民健康保険加入者で40歳から75歳未満の方

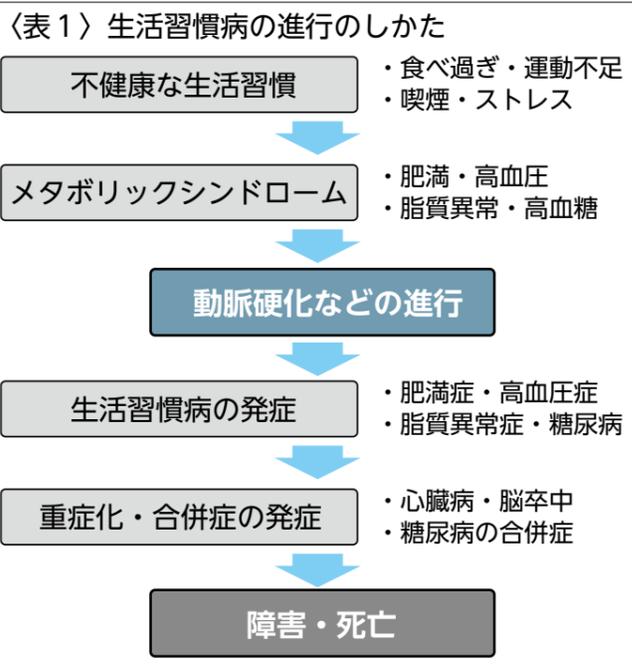
▼受診期限 来年1月31日(土)

▼受診に必要なもの ①いわき市国民健康保険証

②いわき市国保特定健診受診券

▼受診方法 登録医療機関または公民館などで実施する集団健診で

※国民健康保険以外の健康保険に加入している方の特定健診は、加入している医療保険者に確認してください。



〈表2〉特定健診受診状況

【受診率の比較】

	20年度	21年度	22年度	23年度	24年度
全国	38.9%	41.3%	43.2%	44.7%	46.2%
県	30.9%	31.4%	32.0%	32.7%	36.4%
市	24.0%	25.6%	25.7%	23.4%	23.8%

【年代別受診率】

年代	40～49歳	50～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳
受診率	11.1%	16.1%	26.0%	33.2%	32.1%

用語の説明  
※メタボリックシンドローム  
内臓脂肪の蓄積に加え、高血糖・高血圧・脂質異常のうち、二つ以上を合わせ持った状態。これが進行すると、動脈硬化が進み、さらに糖尿病、高血圧症、脂質異常症などの病気で治療が必要となり、心臓病・脳卒中など深刻な生活習慣病を発症します。

### 特定健診後は特定保健指導でサポート

特定健診の結果、生活習慣病のリスクが高いと判定された方は、医師・保健師・管理栄養士などが生活習慣の改善や健康回復のためのサポートを行う「特定保健指導」を無料で受けられます。

特定保健指導は、状態に応じて次の二種類です。

▼動機付け支援 メタボリックシンドロームのリスクが出始めた段階。専門家との原則一回の面接で、実行しやすい生活習慣改善のための計画を立て、六カ月後に健康状態や生活習慣の確認を行います

▼積極的支援 メタボリックシンドロームのリスクが重なりだした段階。三カ月から六カ月間、継続した保健指導が行われ、生活改善などの実践できる目標を自分で選択して、実行していくためのサポートが受けられます

### 利用者の声

平成二十五年度に特定保

健指導を利用された方のアンケートには、次のような声が寄せられています。

### ～利用者の声～

- ・身体が身軽になり、今後の血液検査が楽しみ
- ・自分一人では、なかなかできないので良かった
- ・予防に注意したい

### 受診して健康を守り医療費も適正化

特定健診は、自覚症状が

ないまま静かに進行していく「生活習慣病」の発症を未然に防ぐことに重点を置いていきます。特定健診の受診は、皆さんの大切な健康を守り、医療費の抑制にもつながります。また、仕事で忙しい方のために休日健診・ナイト健診も実施していますので、自分の健康を過信せず、年一回は特定健診を受けましょう。

詳しくは「保健のしおり」や市ホームページをご覧ください。

### 募集 「お薬に関する市民講座」の参加者

- 国保年金課庶務係 ☎22-7577  
☎22-7576  
✉kokuhonenkin@city.iwaki.fukushima.jp
- ▶とき 10月25日(土) 12時30分～16時
  - ▶ところ 産業創造館
  - ▶内容 薬に関する基礎知識の啓発・ジェネリック医薬品の使用促進に関する講演、血管年齢・肌年齢測定会など
  - ▶募集定員 100人 (応募多数の場合は抽選)
  - ▶申込方法 ☎☎☎で、住所・氏名・電話番号を同課へ
  - ▶申込期限 10月20日(月)



### 総合磐城共立病院「地域がん診療連携拠点病院」の指定と「経カテーテル大動脈弁置換手術」を開始

総合磐城共立病院経営企画課企画係 ☎26-2134

#### ○地域がん診療連携拠点病院に指定

同病院は、平成26年8月6日付けで、国が指定する「地域がん診療連携拠点病院」の指定を受けました。指定期間は、平成30年8月5日までの4年間です。

今回の指定を受け、福島県浜通り地区から茨城県北部までの地域において、がん診療に力を注ぎ、がん医療連携体制の強化に向け、積極的に取り組んでいきます。

#### ○経カテーテル大動脈弁置換手術を開始

「経カテーテル大動脈弁置換手術」は、心臓の大動脈弁置換手術ができない高度大動脈弁狭窄症に対する血管内治療で、開胸、心停止することなく大動脈弁手術を行う最先端の治療方法です。日本では、平成25年10月から始まりました。

同病院は、この手術を行うための厳しい施設認定基準を、今年5月27日に国内32番目、県内では初の施設として取得し、8月から本格的に手術を開始しました。



左記の手術を行うハイブリッド手術室