

# 平成20年4月から

# 新しい健診・保健指導がはじまります。

今回の医療制度改革において、平成20年4月から、40歳から74歳の医療保険加入者を対象に、「特定健康診査・特定保健指導」の実施が義務づけられました。

これにより、三股町も国民健康保険の保険者として、定められた特定健康診査・特定保健指導の目標値を達成すべく、新しい健診・保健指導を実施していくこととなり、その実施計画(平成20年度～平成24年度)を策定しましたので、その概要をお知らせします。



## 今までと何が違うの？

### 健診の実施主体が変わります。

平成20年3月まで

40歳以上の町民



健康推進係が実施  
(健康管理センター)

年齢や加入する医療保険にかかわらず健康推進係が健診を実施していました。

平成20年4月から

40歳から74歳の町民

☆国民健康保険に加入の方  
三股町国民健康保険が実施します。

★国民健康保険以外に加入の方  
それぞれ加入する医療保険者が実施します。

75歳以上の町民

後期高齢者医療制度に基づき、後期高齢者医療広域連合が実施します。(三股町が受託し、実施します。)

### 健診項目が少し変わります。



腹囲の測定とLDLコレステロールが新規追加になり、総コレステロール、尿潜血が廃止になります。

この健診が、内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目し、その要因となっている生活習慣を改善するための保健指導を受けていただく方を選定し、糖尿病等の生活習慣病の有病者・予備群を減少させることを目的としているからです。

## 三股町国民健康保険



## 特定健康診査

特定健康診査は、従来の住民基本健診と同様の地域の集団健診に加え、新たに三股町及び都城市の指定医療機関で実施します。



## メタボリックシンドロームの診断基準

「特定健康診査等実施計画」における特定保健指導対象者の選定基準値です。

メタボリックシンドロームをチェックしてみましょう

check

### 1 check 腹囲

男性 **85cm** 以上 女性 **90cm** 以上  
★内臓脂肪面積が男女とも $100\text{cm}^2$ 以上に相当

**内臓脂肪型肥満**

### 2 check 血糖

空腹時血糖 **100mg/dl** 以上  
または  
HbA1c **5.2%** 以上

### 3 check 脂質

中性脂肪 **150mg/dl** 以上  
HDLコレステロール **40mg/dl** 未満  
の両方またはいずれか

### 4 check 血圧

最高血圧(収縮期血圧) **130mmHg** 以上  
最低血圧(拡張期血圧) **85mmHg** 以上  
の両方またはいずれか

★腹囲を測ってみましょう

★腹囲の測り方

おへその高さで測ります。巻き尺が水平に巻かれているかを確認しましょう。



両腕は自然に下げ、普通に息をして、吐き切ったときに測ります。

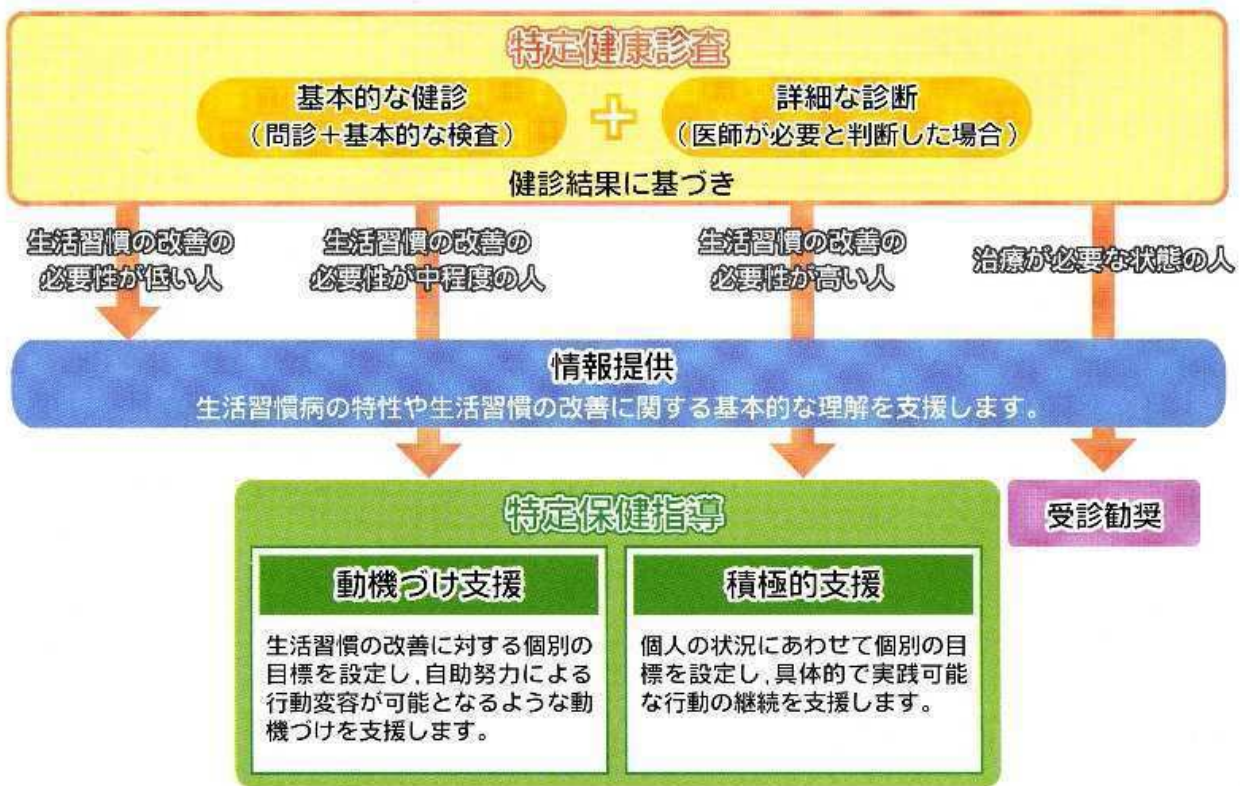
メタボリックシンドロームは腹囲が基準となります。腹囲に加え、血糖・脂質・血圧のうち1項目該当したらメタボリックシンドローム予備群、2項目以上該当したらメタボリックシンドロームと診断されます。



# 特定保健指導

特定健康診査の結果だけでなく、健診受診者全員にメタボリックシンドロームや生活習慣の改善について情報提供をします。

改善が必要な方へは特定保健指導として各人に応じた運動や栄養などに関するアドバイスや生活習慣を改善するお手伝いをします。



## 特定健康診査・特定保健指導の目標値

三股町では、特定健康診査・特定保健指導の目標を下表のとおり定めました。平成20年度は、実現可能な目標値とし、5年後の目標達成のために各年ごとに着実に実現を図るよう努めていきます。

	平成20年度	平成21年度	平成22年度	平成23年度	平成24年度
① 特定健康診査実施率	47%	52%	56%	61%	<b>65%</b>
② 特定保健指導実施率	25%	30%	35%	40%	<b>45%</b>
③ メタボリックシンドロームの該当者・予備群の減少率	→				<b>10%</b> 平成20年度比



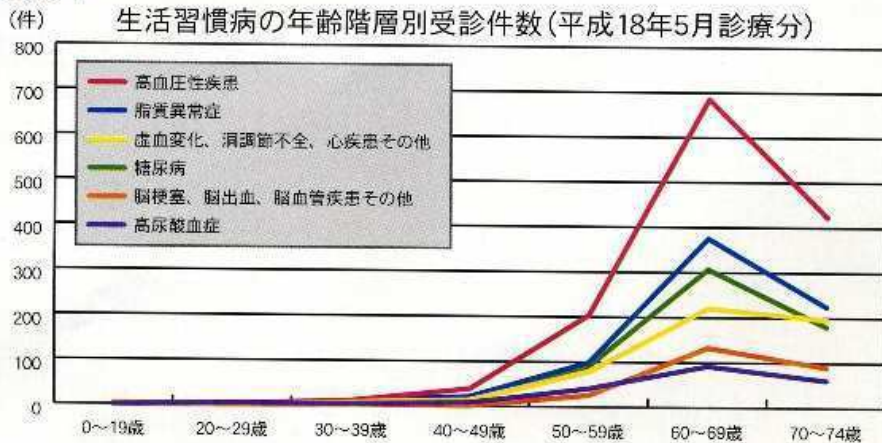
# 必ず健診を受けなくては、いけないの？

健診を受けることによって改善すべき生活習慣が確認できますので、生活習慣病の発症や重症化を防ぎ、生活の質(QOL)をあげることができます。

三股町では、特に60歳代に高血圧性疾患で受診する方が急増しています。(グラフ1)

こうした生活習慣病の発症を減らすためにも健診は受けてください。

グラフ1

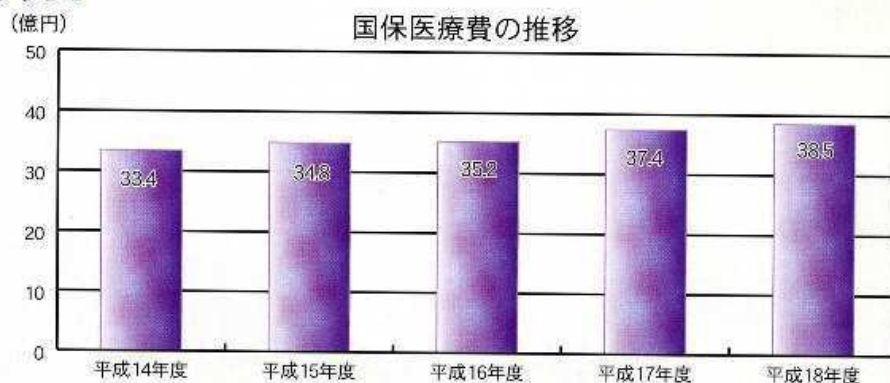


生活習慣病は、いったん発症してしまうと、治療のために多くの医療費がかかります。三股町の国保総医療費は、平成18年度は約38億円と平成14年度に比べ約5億円増加しています。(グラフ2)  
これは、結果として「国保税」の引き上げにつながります。

また、後期高齢者医療支援金の負担額も目標達成の状況により、加算・減算されることになっており、健診受診率・保健指導実施率等が「国保税」にはね返ってきます。※

健診・保健指導を受けて、生活習慣病の発症や重症化を防ぎ、大切な保険税を有効に使いましょう。

グラフ2



※後期高齢者医療支援金(後期高齢者医療費の4割相当分を74歳以下の人達が負担するものです。)

平成24年度末時点での特定健康診査受診率、特定保健指導実施率及びメタボリックシンドローム該当者・予備群の減少率の達成度により、後期高齢者医療支援金の加算・減算が平成25年度から適用されることになっています。

三股町の後期高齢者医療支援金は約2億8千万円と見込まれることから、加算・減算の差は最大5千6百万円程度となります。被保険者1人当たりになると、最大約7,700円の負担差が出ることになります。