

# 年に一度の特定健診で しっかり健康チェック！！

## ◎市の国保特定健診受診率

市の国保加入者の健診受診率は年々増加し、平成 27 年度の受診率は 40.9%（1,274 人）で、平成 28 年度の受診率では 45%前後となる見込みです。しかし最終的な市の目標値は 60%と設定しており、それに到達するためには、さらに約 450 人の受診が必要です。

また、全国的に国保加入者は、ほかの医療保険者と比較すると、健診受診率が低く、一人当たりの医療費も高い状況となっています。これは加入者の年齢がほかの保険者よりも高いことも影響していますが、働いているときに受けていた健診を退職すると受けなくなり、病気の発見が遅れて、重篤な病気を発症し、多額の医療費がかかってしまう場合も多く見られ、医療費が増加する一因となっています。なお、市の一人当たりの国保の医療費も全道の中で 10 位と高い状況になっています。

## ◎各医療保険者の特徴と医療費・健診受診率の状況（全国平均）

保 険	共済組合	組合保険	協会けんぽ	国保組合	市町村国保
構 成	国家・地方公務員、日本郵政グループ、私立教職員	大企業やそのグループ企業、同業種の企業の職員	健康保険組合を持たない企業の従業員	同業種の自営業者	個人事業者、無職者など
加入者平均年齢	42.7 歳	42.2 歳	44.3 歳	39.6 歳	51.5 歳
1 人当たりの医療費	152,308 円	148,583 円	166,940 円	188,664 円	334,698 円
健診受診率	74.2%	72.5%	43.4%	45.5%	35.3%

## ◎健診を受けることのメリット

- 1 病気や病気の芽を早く見つけて予防が可能 → 糖尿病、高血圧症、脂質異常症、腎臓病、肝臓病などは自覚症状がほとんどなく検査を受けなければ発見が遅れます
- 2 健診後のサポートが充実 → 健診後に、身近な担当地区の保健師・栄養士が一人ひとりに合った支援を行い、改善するまでサポートします
- 3 生活習慣病の予防で家計にもやさしく → 大きな病気になると治療にもお金がかかります。健診を受けて小さな異常であれば、自分の生活改善で予防が可能となり、医療費の出費が抑えられます。また、国保加入者全体の医療費が下がれば、一人ひとりが負担する保険料の負担も減り、さらに家計にやさしくなります

### ▶ さらに砂川市の健診ではこんなメリットがあります！！

- 1 市の独自の健診として 20 歳から健診が受診でき、より若いころから予防に取り組むことができます
- 2 国の基準にはない腎機能がわかる検査や心電図、眼底検査を 40 歳以上の方を対象に実施します
- 3 健診を受診または検査データを提供してくれた方には、血管の様子やインスリンの分泌が分かる二次検査が格安で受診できます
- 4 治療中の検査データを提供していただくと、治療中の方でも保健指導を受けることができ、治療のコントロールがさらに良好になります

# 国保特定健診の受診方法

特定健診の受診にはいくつかの方法があります(詳細は広報すながわ4月1日号折り込みの各種健(検)診の日程表参照)。ご自分にあった方法を選択し受診してください。

- ① 集団健診を受診 → 6月・10月
- ② 個別健診を受診 → 各個人病院「細谷医院、明円医院、村山内科医院、いとう内科循環器科クリニック、砂川慈恵会病院」(通年)・市立病院(1～3月)
- ③ 通院中の検査データを市に提供(医師に依頼や個別に持参することもできます)  
※ 4月末に発送された検査データ提供の協力依頼が同封された案内を参照ください
- ④ その他勤め先、個人的に受けた健診等のデータを市に提供(ふれあいセンターに直接ご連絡ください)

## ◆ 対象(市国保加入者)

- 40～74歳の方(昭和18年4月1日～同53年3月31日生まれ)
- 75歳になる方(昭和17年4月1日～同18年3月31日生まれで、健診日時点で74歳の方のみ受診できます)
- 20～39歳の方(昭和53年4月1日～平成10年3月31日生まれ) ※ 市の独自の健診となります

注1 通院中の方も対象となりますので、ぜひ健診を受診ください

注2 上記対象者には個別に案内が届きます

## ◆ 日程 6月15日(木)～21日(水)(土・日曜日を含む7日間)

例年どおり10月3日(火)～6日(金)にも実施しますので、どちらかで忘れず受診しましょう。10月の健診の詳細は、後日広報すながわでお知らせします。

## ◆ 健診内容・料金

	20～39歳	40～74歳	料金(自己負担)
特定健診	問診・身体計測(身長・体重・腹囲)・血圧測定・尿検査(糖・蛋白・潜血)・血液検査(脂質・肝機能・血糖値)		
市独自項目	クレアチニン・尿酸・eGFR(腎機能)貧血	左記に加えて心電図・眼底検査	1,000円
がん検診	対象となりませんので、受診できません	胃がん	1,000円
		肺がん(65歳以上の方は結核検診を兼ねています)	300円
		喀痰 <small>かくだん</small> (肺がん健診を受診された方で、必要と判断された方のみ)	550円
		大腸がん	500円
		前立腺がん(50歳以上)	1,000円
エキノコックス	5年に1回の受診(血液検査～小学3年以上)		500円

※ 生活保護受給者の方も受診できますので、お問い合わせください

## ◆ 受付時間

・午前6時～7時 ・午前7時～8時 ・午前8時～9時 ・午前9時～10時 ・午前10時～11時

◆ 定員 各時間帯25人程度(先着)

◆ 会場 ふれあいセンター

◆ 申込期間 5月1日(月)から(各時間定員になりしだい締め切ります)

◆ 詳細・申込 ふれあいセンター☎2000へ

※ 前年に集団健診(平成28年6月と10月)を受けた方には、自動予約の案内が届きますので、変更や中止する場合はご連絡ください