

平成23年度特定健診（南部町国保に加入されている40～74歳）結果より

# 1年に1回、自分の健康状態を知りましょう

## ■南部町の受診率は34.7%

特定健診が始まり、もうすぐ5年を迎えようとしています。国では平成25年度の受診率目標を65%とし、達成できない保険者には「後期高齢者医療保険」に何らかの形で加算するという予定です。

南部町の平成23年度特定健診受診率は34.7%（人数は男性が301人、女性は459人）となっています。全国の国保特定健診受診率と比較すると同じくらい、県内では上位の受診率になっていますが、国の目標とは大きくかけ離れています。

## ■受診結果はどうだったでしょうか

受診された方は、ほとんどが60歳以上の方で、働き盛りの40・50歳代の受診者は少数でした。受診者は女性が多く、メタボリックシンドロームに該当・予備軍に占めるのは男性が多い傾向でした。メタボリックシンドロームとは、腹囲（内臓脂肪）が大きい状態で、喫煙・高血圧・高脂血症・高血糖などの危険因子が増えるほど、将来に重篤な疾患をおこしやすいと言われています。特に男性の健康状態が心配です。

## ■お気軽にご相談ください

左表「検査値異常者数」より、受診者の半分以上の方の血圧が高いことがわかります。続いて高脂血症、糖尿病の検査値異常が多くなっています。いずれも血管に負担を与えるため、脳梗塞や心筋梗塞などの原因になると言われています。

これらは、生活習慣を改善することでよくなると言われていますので、異常値や気になる傾向があれば保健師・栄養士にご相談ください。

## ■健診結果がでたら

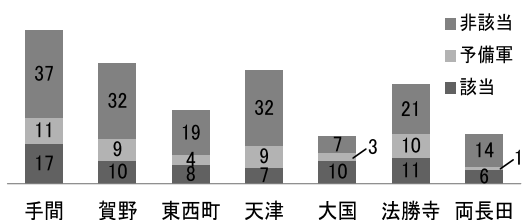
検査値に異常があった場合や、年々、値が上がってきている場合など、生活習慣を振り返り、改善策を講じることが必要です。

健診結果は、地区担当保健師が眼を通し、結果によっては精密検査や治療をお勧めするために訪問したり、健康教室の案内をしたりしています。また、結果の問い合わせや生活習慣改善のための相談も随時受けていますので、お気軽に声をかけてください。

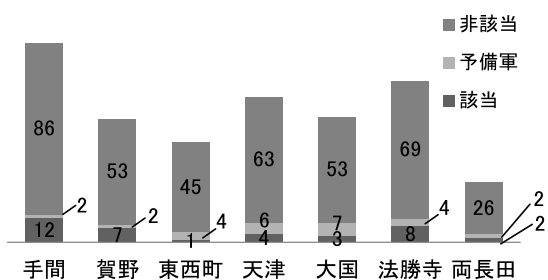
## ■将来元気に生活するために

健診受診者は3割程度です。南部町全体の健康課題をみるには弱いところもありますが、全国的に見ても、介護保険を利用される原因疾患でも、脳血管疾患につながる因子に異常値が多いようです。将来、大きな病気をせずに元気で生活するためには、まず「年に1回は健診を受ける」ことで、毎年の体の状態や変化を見てください。

メタボリックシンドローム【男性】



メタボリックシンドローム【女性】



上の表は地区ごとに受診者数をまとめています。受診率では賀野地区が45%と高く、法勝寺・手間地区が30%と低くなっています。

検査値異常者数

