

医療費からみた国保加入者の病気は？

平成20年1月～12月に南部町国民健康保険で医療費の多かった病気は、通院では、「高血圧」「歯周病」「糖尿病」と生活習慣病が上位を占め、入院では、「統合失調症」「脳梗塞」「がん」が上位を占めています。血圧値や血糖値などをコントロールして、高血圧や糖尿病の合併症である脳卒中や心臓病、腎臓病等の予防が大切です。

医療費上位10位疾患 (国保疾病分類 119分類)

通院

順位	疾 病
1	高血圧
2	歯肉歯周疾患
3	糖尿病
4	腎不全
5	内分泌代謝疾患
6	その他の歯科疾患
7	白内障以外の眼科疾患
8	その他のがん
9	喘息
10	その他の心疾患

入院

順位	疾 病
1	統合失調症
2	脳梗塞
3	その他のがん
4	虚血性心疾患
5	神経系疾患
6	気管支・肺のがん
7	肺炎
8	胃のがん
9	関節症
10	その他の心疾患



～ 健康づくりに取り組みましょう ～

① 健診を受けましょう

- ・定期的に健診を受け、血圧値、血糖値やコレステロール値など自分の健康状態を知り生活習慣病の予防と早期発見をこころがけましょう
- ・町では基本・特定・高齢者健診や、胃・大腸・肺・子宮・乳がん検診を実施しています。今年度まだ受診されていない方は、ぜひご利用ください。

集団・休日健診日程

* 西伯病院の休日健診は、予約が必要です。

健 診 日	受付時間	会 場	健 診 項 目
8月18日(水)	8～10時	いこい荘	特定・基本・高齢者健診・胃・大腸・子宮・乳・肺がん検診
8月29日(日)	8～10時	西伯病院	特定健診・胃・大腸・乳がん検診
9月 6日(月)	8～10時	すこやか	特定・基本・高齢者健診・胃・大腸・子宮・乳・肺がん検診
9月12日(日)	8～10時	西伯病院	特定健診・胃・大腸・乳がん検診
10月 8日(金)	8～10時	いこい荘	胃・大腸・子宮・乳・肺がん検診
10月24日(日)	8～10時	西伯病院	胃・大腸・乳がん検診
11月18日(木)	8～10時	あいみ分館	胃・大腸・子宮・乳・肺がん検診

注:胃・大腸・子宮・乳がん検診は指定の医療機関で22年1月まで受診出来ます。

② 生活習慣病予防にとりくもう

- ・運動・・・毎日の生活のなかで体を動かす習慣をつくりましょう。
- ・食事・・・毎日の食事は健康の源です。1日3食をバランスよく食べましょう。食べすぎに注意しましょう。
- ・禁煙・・・たばこは多数の有害物資を含み、動脈硬化を促進するだけでなく、がんや呼吸器疾患を引き起こします。自分と周囲の人々の健康を守るため、禁煙をおすすめします。