

# メタボ健診ってなあに？

## 特定健診・特定保健指導が始まります

従来、検診には40歳以上の住民を対象とした基本健康診査（住民検診）と職場で行う健診などがありました。メタボ健診に変わります。正式には特定健診と言います。結果、心筋梗塞や脳卒中などの基になるメタボの予備軍が該当者と判断されると医師・保健師・管理栄養士が生活習慣の改善を促す特定保健指導の対象になります。つまり健診の主目的が病気の人の拾い上げるといって、病気になるような人を探し出して医療関係者が早期に介入して、病気になる前に済むように回避をしようというものです。

日本人の今の平均寿命は約83歳ですが、健康寿命は73歳です。つまり人生の最期10年間は家族を始め、誰かの介護を受けながら生活

をしていかなければならないことになっていきます。メタボ健診の目的は皆さんの健康寿命を出来るだけ伸ばしたい、そのためには危険性が高いと思われる人には積極的に生活指導をしようというものです。指導を受けた皆さんの中には「日常生活に余計な口出しをするな」と気を悪くされる方もあるかも知れませんが、ご理解をお願いします。

健診を実施するのは、今までのように市町村ではなく、国民健康保険、被用者保険（組合健保・政管健保）などの保険者で、対象は40～74歳の被保険者とその被扶養者です。つまり今までのように健診の案内が町内全戸に来るのではなくて所属をしている保険ごとに来ることになります。なお、75歳以上の方に対しては広域医療連合

が別にご案内をさしあげます。健診項目は身長、体重、腹囲、血糖、脂質、血圧の測定です。その結果に基づいて、積極的支援、動機づけ支援などに分けて指導をすることになります。

西伯病院は病気になられたときの診療だけではなく、国民健康保険直営病院として住民の皆様の健康的な生活を維持するようにお役に立ちたいと考えており、この健診に積極的に関わっていきます。平日は仕事があり健診が受けられないという方のためには、年3回ほど日曜日に病院で受けることが出来るようになりますので、お気軽にご相談ください。

皆さん！積極的に特定健診と保健指導を受けて、元気で長生きをしようではありませんか。



西伯病院院長  
たむら のりあき  
田村 矩章

### \*\*\* 特別医療または後期高齢者医療に該当する方へお願いします \*\*\*

平成20年4月から制度改正により、受給者証、保険証が変わります。4月1日以降に受診される方は、新しい受給者証、保険証を受付でご提示ください。

#### ■ 特別医療に該当する方

3月中に町から通知が送付されますので、申請の必要な方は南部町役場健康福祉課または、天萬庁舎町民生活課で手続きを行い、新しい特別医療受給者証（青色）を受け取ってください。

#### ■ 後期高齢者医療に該当する方

3月中に保険者から後期高齢者医療被保険者証（桜色）が配布されます。なお、南部町役場で減額の認定を受けられた方は、新しい減額認定証を併せてお持ちください。