

平成20年4月から

新しい健康診査・保健指導が始まります

平成20年4月から「高齢者の医療の確保に関する法律」により、市が実施する健診と保健指導の内容が変わります。

厚生労働省の調査によると、お腹のまわりに脂肪のつく内臓脂肪型肥満に加え、高脂血症、高血圧、高血糖の危険因子を複数あわせもつ、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の状態または予備群の人は、40歳から74歳の男性で2人に1人、女性で5人に1人とされています。

そこで、40歳から74歳の医療保険加入者（家族を含む）を対象に、メタボリックシンドロームに着目した健診と保健指導が実施されることになりました。

●40歳から74歳の方は、加入している医療保険者が行う健診・保健指導を受けることになります

現在の健診は、市町村が行う住民健診や事業主が行う職場健診などさまざまで、健診内容も統一されていませんでした。しかし、平成20年4月からは、医療保険者の責任で、40歳から74歳の方の健診・保健指導を行うことが義務づけられ、健診を受けられる方は、加入している医療保険者が行う健診を受けることになります。

●メタボリックシンドローム及び予備群の人を的確に選び出します

メタボリックシンドロームとは、内臓肥満に加え、高脂血症、高血圧、高血糖という危険因子を2つ以上持っている状態をいいます。メタボリックシンドロームの状態になると、動脈硬化が急速に進み、心臓病や脳卒中などの循環器病や糖尿病の発症につながりやすくなります。

新しい健診では、メタボリックシンドロームのもとになる内臓脂肪がたまっていたら危険であることを受診者に知ってもらい、受診者自らが生活習慣を変えていく支援をすることを目的としています。

内臓脂肪の危険性を知り、生活習慣病の進行、悪化を食い止めるためにも、1年に1回は必ず健診を受けましょう。



●健康状態に応じた保健指導が受けられます

生活習慣病のリスクなどから必要度に応じて、保健師、管理栄養士等による保健指導が行われます。健診後のサポート体制として、3つの保健指導があります。

1 健康な人も含め健診受診者全員に

問診や健診結果をもとにした生活習慣の見直しや生活習慣改善に必要な情報を提供します。

2 メタボ予備軍という人に

生活習慣改善の必要性をご理解いただいたうえで、改善目標（半年後）を立て、保健師・管理栄養士等が支援指導していきます。

3 メタボに該当という人に

生活習慣改善の必要性をご理解していただいたうえで、内臓脂肪を減らすための改善目標（半年後）を立て、保健師・管理栄養士等が継続した健康づくりができるよう支援指導していきます。

●● 問い合わせ先 ●● 本庁 医療保険課保険グループ ☎52-1111内線162
健康推進課健康推進グループ ☎54-7121