

# 40～74歳の釧路市国民健康保険（市国保）加入者の皆さんへ 特定健康診査（特定健診）を受けよう ～生活習慣病の予防のために～

問合せ 市役所国民健康保険課特定健診担当（☎31-4570）

## 釧路市国民健康保険保健事業実施計画（データヘルス計画）

市国保では、これまでの医療・健診・介護の状況等について分析し、健康課題を把握し、その課題に取り組むためのデータヘルス計画を策定しました。本計画では、生活習慣病の発症や重症化の予防に重点をおいた保健指導事業等の強化に取り組んでいくこととしています。今回は、本計画に掲載している中から「生活習慣病のうち主な基礎疾患状況」「特定健診受診者のうち医療機関で治療を受けていない人の状況」「要介護認定者の有病状況」をテーマに、基礎疾患（※）からの重症化予防について紹介します。本計画の詳細につきましては、市ホームページをご覧ください。

### 脳や心臓の大きな病気の背景にある基礎疾患

平成25年度の市国保加入者の生活習慣病のうち主な基礎疾患の状況（下表）をみると、脳血管疾患、虚血性心疾患、糖尿病性腎症のうち高血圧症で治療している人の割合が70～80%台、脂質異常症で治療している人の割合が50～70%台、糖尿病で治療している人の割合が脳血管疾患と虚血性心疾患では50%台、糖尿病性腎症では100%と高い状況となっています。

基礎疾患は、生活習慣の改善や、適切な時期に治療を開始し良好にコントロールすることにより、重症化を防ぐことができます。

#### 【生活習慣病のうち主な基礎疾患状況】

生活習慣病全体 16,248人	脳血管疾患	虚血性心疾患	糖尿病性腎症
	1,963人	2,051人	330人
	12.1%	12.6%	2.0%
基礎疾患	高血圧症	1,523人	269人
		77.6%	81.5%
	脂質異常症	1,120人	241人
		57.1%	73.0%
糖尿病	1,002人	330人	
	51.0%	100.0%	

### せっかく特定健診を受けても…

平成25年度の市国保の特定健診受診者5,388人の健診結果をみると、医療機関で治療を受ける必要があるとされているにもかかわらず、治療を受けていない人の割合は5.5%となり、全国、北海道、同規模保険者と比較すると高い状況となっています。せっかく特定健診を受診しても、その結果を生かさなければ病気の進行は止められません。

早期に医療機関で治療を受けることで生活習慣病の重症化を予防していくことが重要です。

#### 【特定健診受診者の医療機関受診勧奨者数の状況】

項目	釧路市国保 特定健診受診者 5,388人	同規模保険者 (全国53市)	北海道	全国
医療機関受診勧奨者数・割合	3,118人 57.9%	56.9%	56.9%	56.4%
うち医療機関未受診者数・割合	297人 5.5%	3.7%	4.9%	4.7%

※基礎疾患とは…脳血管疾患、虚血性心疾患、糖尿病性腎症など大きな生活習慣病の原因となる高血圧症、脂質異常症、糖尿病のこと



### 生活習慣病予防は介護予防！

平成25年度の市の要介護認定者9,826人の有病状況の割合をみると、心臓病の人52.9%、高血圧症の人48.0%となっています。また、糖尿病の人の割合は26.9%で、全国、北海道、同規模保険者と比較すると高い状況となっています。

大きな病気の背景にある高血圧症、脂質異常症、糖尿病の重症化を防ぐことにより、心臓病および脳疾患の予防、また介護予防にもつながると考えられます。

#### 【要介護認定者の有病状況】

項目	釧路市	同規模保険者 (全国53市)	北海道	全国
高血圧症	4,751人 48.0%	49.3%	52.4%	49.6%
脂質異常症	2,558人 25.5%	26.2%	28.5%	25.8%
糖尿病	2,638人 26.9%	21.6%	24.6%	20.9%
心臓病	5,208人 52.9%	56.3%	59.2%	57.0%
脳疾患	2,410人 24.7%	26.7%	27.1%	26.6%
がん	1,003人 10.2%	9.5%	10.4%	9.4%
筋・骨格	4,521人 45.1%	48.2%	50.9%	48.8%
精神	3,129人 31.6%	32.5%	35.8%	32.6%

生活習慣病は、重症化するまで自覚症状がないまま進行するのが特徴です。そのため、毎年定期的に特定健診を受けて自分自身の健康状態をチェックするとともに、日ごろからバランスのとれた食生活や適度な運動習慣を身に付けることが大切です。また、早期に医療機関で治療を開始することで、生活習慣病の重症化を防ぎ、介護予防につなげていくことが重要です。

**特定健診の基本項目の健診料が、平成28年度から2年間無料です！** ※オプション検査は有料となります。

## 定期通院中のため特定健診を受けていない皆さんへ

～医療機関の検査結果の提供にご協力ください～

市国保の特定健診と同様の検査項目について、定期的に通院し検査（血液・尿検査等）をされている方は、特定健診を受けていなくても、通院時の検査データを市国保へ提供していただくことにより、特定健診を受診したものとすることができます。この事業を「診療情報提供受領事業」といい、重複して検査をする必要がなくなり、検査データをもとに保健師・管理栄養士が健康づくりをサポートすることができます。

#### 実施医療機関に持参するもの

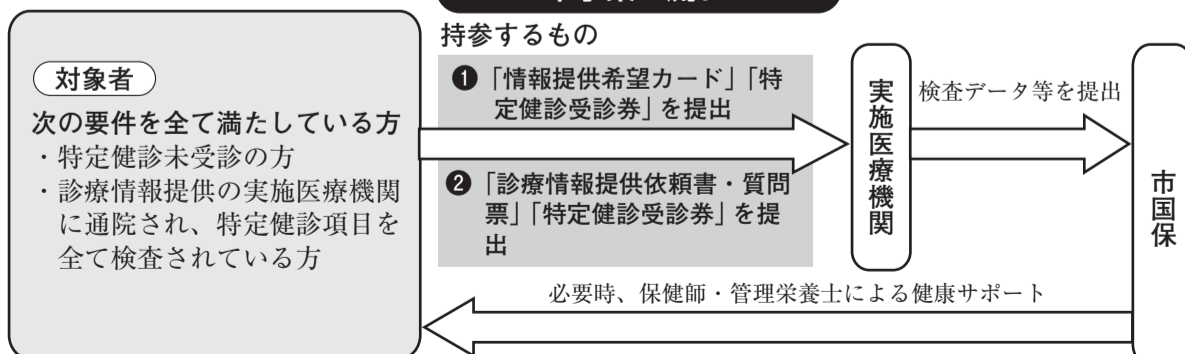
- ① 特定健診を受けられていない方には「情報提供希望カード」付きの受診勧奨はがきを12月下旬までに随時送付します。ご協力いただける場合は「情報提供希望カード」「特定健診受診券」を実施医療機関（※）へ提出してください。
- ② 上記の他、あらかじめ市国保から「診療情報提供依頼書・質問票」を渡されている場合には必要事項を記入の上、「特定健診受診券」と一緒に実施医療機関へ提出してください。

※ 実施医療機関については情報提供希望カードに記載してありますのでご確認ください

#### ◆診療情報提供受領事業実施医療機関

芦野クリニック	新橋肛門科クリニック	堀口クリニック
足立産科婦人科医院	すどう内科クリニック	まき内科胃腸科医院
伊勢内科医院	ちば内科クリニック	緑ヶ岡クリニック
釧路孝仁会記念病院 (受付：総合(医事課)窓口)	道東勤医協釧路協立病院 (受付：外来受付)	みなみ病院 (受付：1階 受付窓口)
釧路赤十字病院 (受付：1階 医事課窓口)	道東勤医協協立すこやか クリニック(受付：外来受付)	山本クリニック
釧路谷藤病院 (受付：1階 受付窓口)	道東勤医協 桜ヶ岡医院	依田内科医院
釧路第一病院	中沢医院	新しくろクリニック (釧路町) (受付：外来受付)
柴田内科医院	中田内科医院	遠矢クリニック(釧路町)
市立釧路国民健康保険 阿寒診療所	林田クリニック	吉川メディカル クリニック (釧路町)
市立釧路国民健康保険 音別診療所	東北北海道病院 (受付：内科受付)	渡辺医院 (釧路町)
市立釧路総合病院 (受付：2階 検査室)	ふくしま医院	田中医院 (厚岸町)
しろやま内科クリニック	星が浦病院	—

#### 本事業の流れ



注1：実施医療機関の検査結果で特定健診の検査項目がそろっていない場合は、本事業をご利用できませんので特定健診を受けてください。  
注2：実施医療機関での血液・尿検査等の検査料は本人負担となりますが、診療情報提供に関する費用は市国保が負担します。