30代、40代から健康診断を受けましょう

平成25年度津別町国保加入者の治療状況調べでは、約7割の方が何らかの病気で治療を受けており、その4割が生活習慣病に関する治療でした。

生活習慣病では高血圧・脂質異常症・糖尿病が多い状況です。

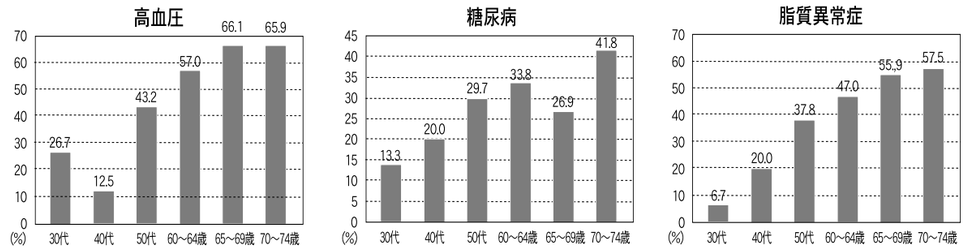
年齢が上がると生活習慣病の治療が必要になる可能性が高くなります！

平成25年津別町国保各生活習慣病治療者の年代別割合では、年齢が上がると糖尿病・高血圧・脂質異常症を治療している方の割合が大きくなっています。

特に、40代から50代にかけて治療中の方が大きく増加しており、この年齢から治療を開始される方が多いことが分かります。また、30代の方では、高血圧の治療をされている方の割合が大きい状況となっています。

糖尿病・高血圧・脂質異常症は、そのまま放置すると血管を傷つけて動脈硬化を進行させてしまいます。そのため、特定健診の対象年齢である30歳から年に1度、特定健診を受けて、早くから生活習慣病に気づき、予防していきましょう。

各生活習慣病治療者の年代別割合（%）　※津別町国保　平成25年5月分



「まだどこも痛くない！」「元気だから大丈夫！」と思われていませんか？

糖尿病や高血圧、高脂血症などの生活習慣病は症状なく進行するため、気づいたときには動脈硬化が進行して心筋梗塞や脳梗塞になり、死に至ってしまうこともあります。

また、糖尿病が悪化すると合併症になり、失明や足の切断、腎不全となって透析が必要になってしまうことがあります。

生活習慣病は毎日の食事や運動といった、生活習慣に気をつけることで予防することができます。重大な病気や合併症を予防するためにも、健康診断を受けて自身の体調の変化に気づき、健康的な生活を続けていきましょう。

治療中の方にこそ、受けていただきたいのが特定健診です！

町民の皆さんで、「病院で定期的に血液検査をしているから大丈夫」「先生が何でもないって言っているから大丈夫」と言って、特定健診を受けない方が多いのが実情です。

しかし、医療保険で検査できる検査項目は限られています。高血圧と脂質異常症で通院中の方は、糖尿病を検査するＨｂＡ１ｃや尿酸の検査、を保険証を使ってすることはできません。

町の特定健診では、通院の有無や病名に関係なく、全員に必要な検査を行っています。また、高血圧や糖尿病などの生活習慣病が原因で慢性腎臓病（ＣＫＤ）になる方が増えています。町の特定健診では、クレアチニンや尿検査等で腎機能を確認できます。

夏の健診の申し込みが始まります！

津別町は管内的に脳卒中の発症が高い状況にあります。年に1度、健診でご自分の健康状態を確認してみませんか？

6月16日（月）から申し込み開始！
6月30日（月）まで

〈健診日時〉
7月17日（木）・18日（金）

受付時間
朝6時・6時30分・7時・7時30分
8時・8時30分・9時・9時30分

〈場所〉町民会館

〈申し込み・ご相談〉
電話、もしくは役場10番窓口でお申し込みください。
☎76－2151（内線231・332）

※今年度61歳（S28年4月1日～S29年3月31日生）になる方へ
・国保の方は全ての検診を無料で受けられます！
・社会保険の方はがん検診を無料で受けられます！

下線の引かれた項目は、津別町国保独自です！
※今年から尿酸、ｸﾚｱﾁﾆﾝが後期高齢者健診に加わりました！

検　診	対象者	検診内容	料金
特定健診	国保加入者で30～74歳の方	問診、身体計測、診察、尿検査、血圧、血液検査（脂質、肝機能、空腹時血糖、HbA1c、尿酸、ｸﾚｱﾁﾆﾝ） ※津別町国保では独自に心電図検査などを受けていただく場合があります。	1,000円
後期高齢者健診	後期高齢者保険加入者		600円
胃がん検診	40歳以上の方	バリウム検査	900円
肺がん検診		胸部レントゲン	200円
大腸がん検診		検便（２日分）	400円
前立腺がん検診	50歳以上の男性	血液検査	500円
エキノコックス症検診	小学３年生以上の方（５年に一度）	血液検査	無 料
肝炎検診（B型、C型）	40歳以上の方(今まで受けたことのない方)	血液検査	無 料

《健診申し込み先》
保健福祉課　健康推進担当10番窓口　☎76－2151（内線231、332）