

平成 26 年度特定健診結果から見える新冠町民の傾向

ここでは、新冠町民の受診結果の内、比較的数値が悪い傾向にある項目について紹介します！
この分析結果は、平成 26 年度特定健診を受けた男性 169 名、女性 191 名のデータを基に、気になるポイントを抽出しています。
上段は男性の健診結果、下段は女性の健診結果です。



男性編	基準値より高い人の割合	検査からわかること
腹 囲	新冠 50.9%	基準値より高い人の割合は、全国・全道と比較して高い傾向にあります。腹囲の基準値は、男性 85cm・女性 90cm 未満で、基準値より高い場合、内臓脂肪が蓄積している目安になり、動脈硬化が進行している可能性があります。
	全国 48.5%	
	全道 50.2%	
収縮期血圧	新冠 50.3%	基準値より高い人の割合は全国・全道と比較して高い傾向にあります。血圧は、全身に血液を送り出すためにかかる圧力のこと、血圧が高い状態を放っておくと、常に血管に負担がかかり、動脈硬化を進行させます。
	全国 49.8%	
	全道 49.7%	
ヘモグロビン A1C	新冠 55.6%	基準値より高い人の割合は全国・全道と比較して高い傾向にあります。血液中のたんぱく質とブドウ糖の結合量を調べ、過去 1～2 ヶ月の血糖の状態を表したものです。数値が高いと血中に過剰にブドウ糖が存在していることを表します。
	全国 53.1%	
	全道 50.4%	

女性編	基準値より高い人の割合	検査からわかること
B M I	新冠 30.9%	基準値より高い人の割合は、全国・全道と比較して高い傾向にあります。身長と体重から割り出す体格指数で、B M I 22 が最も病気になりにくいと言われています。やせすぎの場合は、糖尿病やがんなどが疑われることもあります。
	全国 20.2%	
	全道 23.0%	
LDL コレステロール	新冠 55.0%	基準値より高い人の割合は全国・全道と比較して低い傾向にあります。女性は 50 歳前後になると閉経を迎えるため、今までコレステロールを抑制していた女性ホルモンが減少し、男性なみに動脈硬化が増えてくるため注意が必要です。
	全国 58.8%	
	全道 59.4%	
ヘモグロビン A1C	新冠 50.8%	基準値より高い人の割合は全国と比較すると低い状況ですが、全道と比較すると高い傾向にあります。男性の検査結果と同様に、数値が高いほど血中にブドウ糖が多く存在していることを意味します。
	全国 52.6%	
	全道 47.3%	



新冠町民の皆さんの受診結果を総合すると

男性は、受診者の約半数は肥満傾向で、心筋梗塞や脳卒中などの病気になる可能性が高いメタボリックシンドロームの状態です。特に、40 代から数値が悪い人が多く見受けられます。**女性は**、男性と比較すると肥満傾向の方は少ないですが、男性と同様に基準値より高い方が多く見受けられます。

総合的にみると、40 歳以上の方は生活習慣病予備群の方が多く見受けられることから、生活習慣の改善が必要です。

特集「いつまでも元気でいるために」 ～他人事？いや、私の事。知ろう自分のか・ら・だ～



国では、高齢者の増加や医療費の増大などについて問題提起しており、町では、保健福祉課の事業や広報紙などを通して、特定健康診査（特定健診）の受診率向上、予防行動の必要性、健康寿命の延伸について呼びかけを進めています。

今月の特集では、増加する医療費の問題や特定健診の受診結果から見える町民の健康状態の傾向、特定健診を受診された方へのインタビューなどを掲載いたしますので、この特集をご一読いただき、ご自身の健康を考えていただければと思います。

なぜ今、医療費が問題なの？
日本の医療費は年々増加しており、現在の国の医療費は、年間 40 兆円に上ります。団塊の世代が 75 歳になる 10 年後の平成 37 年には、52 兆円にまで膨らむと見込まれています。

医療費が高額になる理由は？
医療費が増えている理由としては、高齢化や医学・医療の進歩、新技術の導入などがありますが、医療費の内訳を見ると、全体の 3 分の 1 はがん、心疾患（心筋梗塞など）、脳血管疾患（脳梗塞など）、糖尿病などの生活習慣病で占められており、これらは完治が困難で多額の治療費を必要とすることから、医療費増大の一因となっています。考えられています。

特に心筋梗塞や脳梗塞などは医療費が高額となり、当町の国民健康保険の医療費を例にみると心筋梗塞の一件あたりの医療費は 239 万、脳梗塞の場合は 171 万円ほどになります。

これらの医療費は、健康保険に加入している場合、本人が支払う費用は限度額までとなりますが、その残りは、国や町が負担することになります。

新冠町の医療費の状況は？
医療費を算定する上で重要となる項目に「一人あたりの診療費」があります。国保連のホームページに、平成 26 年度内市町村国保加入者の診療費一覧が掲載されていますので紹介します。

この表から分かるように、平成 26 年度の当町の診療費は、日高管内では一番低く、全道と比較しても低い状況にあります。しかし、この低く抑えられている診療費も、大きな病気になる人が増加すると、すぐに跳ね上がってしまうので注意が必要となります。

大きな病気になる前に！
完治が困難で高額な医療費がかかる心筋梗塞や脳梗塞ですが、これらの病気になった人の多くは、以前から高血圧や脂質異常などを指摘されている傾向にあります。

暴飲暴食や運動不足、喫煙などによる高血圧などの不健康な状態が続くと、身体が少しずつ蝕まれ、いつの間にか重大な病気に発展していきのです。

そこで、現在、積極的に取り組みを進めているのが、皆さんに特定健診を受診していただき、健診結果から自身の健康状態を把握してもらうというものです。特定健診を受診してもらう、血圧が高いなどの症状を早期に見出し生活習慣を改善できれば、大きな病気になることを防ぐことができます。

平成 26 年度一人あたりの診療費 (国保連 HP より)	
平取町	221,678 円
日高町	218,517 円
新冠町	216,897 円
新ひだか町	259,761 円
浦河町	273,783 円
様似町	306,066 円
えりも町	241,486 円
北海道	288,670 円

新冠町の特定健診受診率！
生活習慣改善のための第一歩となる特定健診の国民健康保険加入者の受診率一覧がありますのでご紹介します。

受診率の算定方法は、40 歳から 74 歳までの健診受診対象者の内、何人が受診したかで計算され、日高管内の受診率は次のようになります。

平成 26 年度特定健診受診率 (国保連 HP より)	
平取町	33.8%
日高町	26.4%
新冠町	28.9%
新ひだか町	18.4%
浦河町	27.5%
様似町	15.2%
えりも町	20.1%
北海道	26.1%

当町の受診率は 28.9% で、日高管内では平取町に次いで 2 番目となっております。全道平均よりも高い結果にあります。ここだけみると好成績に見えますが、全国平均は「35%」となっており、全国的にはまだまだ低い状況です。

国の方針では、平成 29 年度までに、この受診率を 60% まで上げたいと考えており、当町でも様々な方面から受診率の向上に努めています。

特定健診の受診率の向上は、町民の健康状態を把握し、より地域に根差した保健指導を提供できるということだけではなく、町民の皆さんが自分の健康状態を把握する絶好の機会です。

いつまでも元気に生活していくための最初の一步として、この特定健診をぜひご利用ください。