



## 特定健診を受診しましょう！

～地域みんなで健康になるために～

生活習慣病が増加しています

近年、高齢化や生活スタイルの変化などにより、内臓脂肪に起因する病気（メタボリックシンドローム）とされている糖尿病・高血圧・脂質異常症などの生活習慣病は増加し、国民総医療費の約3割を占め、本市の国民健康保険でも同様の傾向が見られます（図1）。

生活習慣病が重症化すると狭心症、心筋梗塞、脳血管疾患や腎不全になり、医療費の増大につながります。

また、後遺症や通院等により日常生活へ支障が出ることもあり、本人や周囲の人々の生活にも大きな影響を与えます。

生活習慣病の重症化を防ぐには？

生活習慣病の多くは、生活習慣の改善や適切な治療により、発症や重症化を防ぐことができます。

まず「現在の自分のからだの状態を知ること」が必要ですが、本市の国民健康保険の特定健診受診率は、平成28年度では32・9%で（図2）、7割弱の人は受診されていません。地区別受診率は表1に示した通りで、地区によっても受診率が異なることが分かります。

地域みんなで健康になるために

「健診、もう受けた？」 「一緒に健診受けに行こう。」 など、ご近所同士の「会話」や「声かけ」がきっかけで受診する人もいます。

ご近所同士のちよっとした声かけも「健活（健康活動）」であり、一人ひとりの「健活」が地域全体の元氣や活気に繋がります。

地域みんなで健康になるために、声をかけ合って積極的に特定健診を受診しましょう。

問い合わせ

市民課医療年金係  
☎ 22-7734

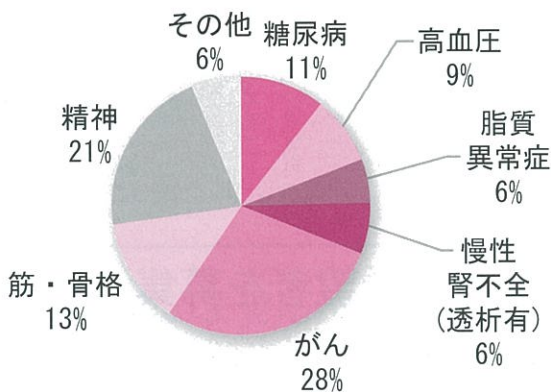


図1 竹原市国保の医療費の状況  
【平成28年度累計（KDB※ P21-001）】

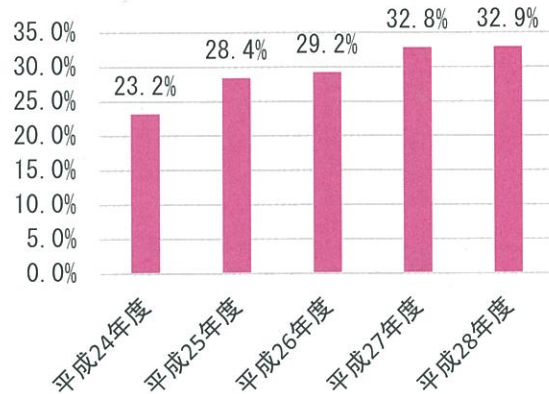


図2 竹原市国保の特定健診受診率の推移  
【国民健康保険中央会 法定報告速報値】

地区名	受診率
1 忠海床浦	45.4%
2 福田町	38.9%
3 塩町	38.7%
4 下野町	37.9%
5 高崎町	37.0%

表1 特定健診受診率の上位地区  
【平成28年度累計（KDB※ P21-001）】

※ KDB とは、「国保データベース」の略です。



10月23～11月2日にかけて、人権擁護委員のみなさんが「人権の花」運動として市内の小学校1年生にヒヤシンスの水栽培セットを贈りました。

また、紙芝居や指人形劇などで生命の尊さや思いやりの心の大切さも同時に伝えました。

2月頃、花が咲くのが楽しみです。