

# 40歳から74歳のみなさんへ

## 平成20年4月から「特定健康診査・特定保健指導」が始まります

### ① 何が変わるの？

平成20年から「健診」と「保健指導」の方法が変わります。大きく変わるのは、加入している医療保険者に、「特定健診・特定保健指導」が義務付けられます。

- ・町が行う基本健康診査や各種がん検診など
  - ・職場の事業所健診
  - ・健康保険の一般健診、成人健診、生活習慣病予防健診
- これからの特定健診・特定保健指導  
国民健康保険・共済組合・政府管掌健康保険・組合健保などに加入している医療保険者、生活習慣病予防対策が義務付けられます。

### ② 生活習慣病対策とは？

医療費が、年々増え続けています。全医療費の半分は、がん、心臓病、脳卒中といった循環器系疾患、糖尿病、そして合併症が多い腎臓病などが占め、これらは、食生活の乱れ、



平成19年度町基本健診（鶴田保健センター）

運動不足、喫煙習慣などの不適切な生活習慣によるところが大きいとされ、「生活習慣病」とも言われます。

これらの生活習慣病の兆候は、早い段階から健診結果に表れており、「メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）」と深く関係しています。

このため、平成20年4月から40歳から74歳の方を対象に、新しい健診制度である「特定健康診査・特定保健指導」を実施します。

### ③ 健診のポイントは、腹囲やBMI

特定健康診査では、メタボリックシンドロームに着目した健診を行います。まず、腹囲やBMIによる内臓脂肪の蓄積度を調べます。次に、脂血、血圧、血糖なども検査します。健診結果から、特定保健指導（個別・グループ別に生活習慣に関する改善指導）を実施します。

### ④ 個人の状況に応じた特定保健指導を実施

特定保健指導では、特定健診結果から情報提供・動機付け支援・積極的支援別に階層化を行い、生活習慣改善指導を実施します。指導により、糖尿病・脳卒中・心臓病などの生活習慣病の方やその予備群の方々の減少（25%の削減目標）をめざします。

### ⑤ 健診を受けましょう

糖尿病・脳卒中・心臓病などの生活習慣病は、早い段階から健診結果に表れてきます。

「仕事が忙しい」・「自分は健康だから」と健診を受けずにいると、生活習慣病が進行してしまう場合があります。年に1回の健診で、健康チェックをしましょう。

特定健康診査・特定保健指導は、生活習慣病対策を重点とし、要保健指導者の抽出を目的とした健診、結果を出す保健指導です。このため、特定健診受診率、特定保健指導実施率、内臓脂肪症候群の該当者・予備群の減少率の5年後での目標値が定められています。受診率では、現在平成18年度基本健康診査受診率の32%を65%まで引き上げる必要があります。健診結果に基づいた保健指導でも、結果を出していかなければなりません。まずは健診受診率を引き上げていくことがスタートとなります。みなさんのご協力をお願いします。

# 75歳以上のみなさんへ

## 平成20年4月から「後期高齢者医療制度」がスタートします

### ① 後期高齢者医療制度とは？

これまでの「老人保健医療制度」は、各市町村の運営でした。来年からスタートする「後期高齢者医療制度」は、都道府県単位での「後期高齢者医療広域連合」が運営します。これまでは、国保や健保組合などの医療保険に加入しながら「老人保

健医療制度」の対象となっていました。また、「後期高齢者医療制度」では、まったく独立した制度となります。

### ② 対象者などは？

「後期高齢者医療制度」の対象者は、広域連合内（県内）に住む75歳以上の方若しくは65歳以上で寝たきりなどの一定の障害のある方です。

また、対象となる日は、75歳の誕生日若しくは65歳以上の方が寝たきりなどの障害認定を受けた日となります。

### ③ 被保険者証は？

これまでの「老人保健医療制度」では、被保険者証と老人保健医療受給者証の2枚が必要でしたが、「後期高齢者医療制度」では、一人に1枚になります。

### ④ 医療機関での自己負担は？

医療機関にかかるときは、これまでの「老人保健医療制度」同様に、一般の方1割、現役並み所得者3割と変わリません。また、これまでどおり、医療費が高額となったときの自己負担限度額適用や入院時の食事代の減額など、「老人保健医療制度」同様の給付が受けられます。

### ⑤ 保険料は？

「後期高齢者医療制度」では、財政運営の責任主体の明確化及び高齢者の負担と現役世代の負担との明確化・公平化を図るねらいから、被保険者全員が保険料を納めなければなりません。保険料は、均等割りとし得割りにより、各都道府県の広域連合ごとに決められ、原則として年金から天引きとなります。ただし、年金の年額が18万円未満の場合や保険料が年金額の2分の1を超える場合



ゲートボールを楽しむ高齢者（神子地区）

などは、普通徴収となり、納付書などで納めていただくことになります。所得の低い方には、保険料の均等割額部分の軽減措置もあります。健康保険など被用者保険の被扶養者の保険料についても、未だ流動的な部分もあります。現時点では、保険料の額は決まっていますので、決まりしだいお知らせします。



保健師による健康チェック