

平成20年4月から

特定健診・特定保健指導が始まります

特定健診・特定保健指導は、生活習慣病や生活習慣病に大きな影響をもつ、メタボリックシンドロームの予防・改善を目的とした新しい健康診査と保健指導です。今回はその概要をお知らせします。

<対象>

原則、40歳から74歳までのすべての方が対象となります。

※妊婦や長期間入院している方等は除きます。



<実施主体>

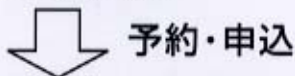
これまでは、市で基本健診や保健指導を実施していましたが、4月からは皆さんが加入している医療保険者（国保・政管健保・共済・健保組合など）が実施することになります。

<健診場所>

それぞれの医療保険者が指定する医療機関や健診機関となります。4月以降各医療保険者から対象の方に、受診券や質問票・健診のお知らせが届きますので、健診日と場所を確認し、健診を受けてください。

特定健診・特定保健指導の受け方

医療保険者から受診券・質問票発送



予約・申込



特定健診

メタボリックシンドロームに該当するかを判断します。

内臓脂肪肥満型：腹囲 男性85cm・女性90cm以上

内臓脂肪肥満型に加え、

- 高血糖
- 脂質異常
- 高血圧

1項目

予備軍

2項目以上

メタボリックシンドローム

がみつかる

※喫煙も判断基準の1つに数えられます。



結果に基づき区分

特定保健指導

積極的支援 (リスク大)

改善に向けて、保健師・栄養士の継続的な支援をします。3ヶ月以上の継続支援の後、6ヵ月後に結果を確認します。

動機付け支援 (リスク中)

改善に向けて保健師・栄養士が支援。6ヵ月後に結果を確認します。

情報提供 (リスク小)

結果及び健康に関する情報の提供。1年後に健診を受けます。



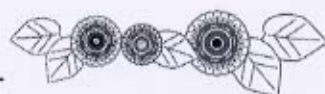
継続

生活習慣の改善

年に1度健診を必ず受けましょう。

※特定健診・特定保健指導の詳細内容は各医療保険者に問い合わせください。国保につきましては、詳細が決まり次第お知らせします。

退職者医療制度が65歳未満になります



長い間会社などに勤め、厚生年金や共済組合などから年金を受けている方が、退職して国保に加入した場合は、その方と被扶養者(家族)は「退職者医療制度」に該当となりますが、平成20年4月からその対象年齢が75歳未満から65歳未満となります。65歳になると一般被保険者となります。

現在、退職被保険者証をお持ちの65歳以上の方とその被扶養者については、4月から一般の保険証をお使いいただくため、3月中旬に各世帯あてに配達記録郵便で新しい保険証を送ります。

(※ただし、同一世帯の65歳未満の退職者本人と一般被保険者の保険証については、例年通り4月中旬に送ります。)



(退職被保険者証:薄赤茶色、右上に㊟)



(一般被保険者証:薄緑色)

～お願い～

保険証・高齢受給者証が届きましたら、記載内容を確認のうえ、必ず4月1日からお使いください。
今までお使いいただいた保険証・受給者証は、4月1日以降はさみなどで細かく裁断して処分してください。

高齢受給者証を送ります



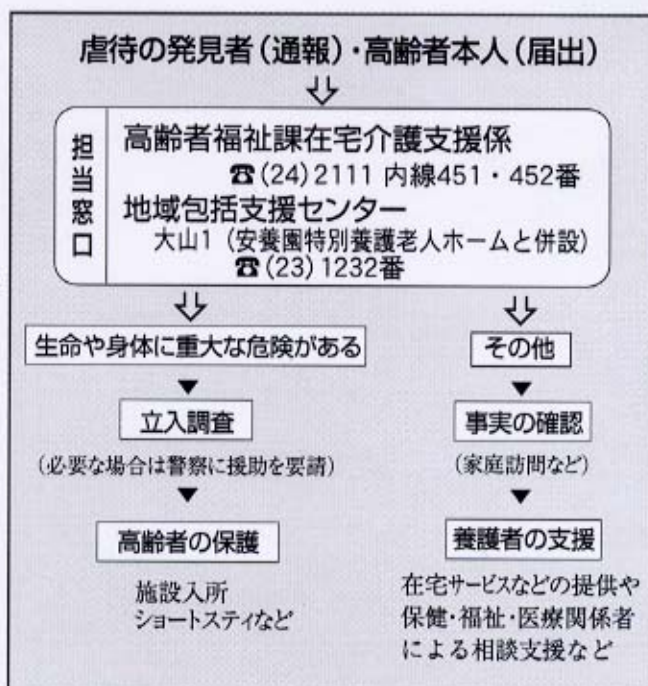
70歳から74歳までの方で、有効期限3月31日までの高齢受給者証をお持ちの方には、3月末までに新しい受給者証を送りますので、確認のうえ4月からお使いください。

市民課国民健康保険係 ☎(24)2111 内線232・233番



※地域包括支援センターは、介護、健康、福祉、虐待防止、権利擁護など、高齢者の暮らしにかかわるあらゆる相談や問題に対応する「相談窓口」です。

保健・福祉・医療の専門機関、介護サービス事業所、住民組織など、地域のさまざまな関係機関と連携して、包括的なサポートを行います。



虐待に気づいた方には通報義務がありますので、担当窓口に通報しましょう。虐待を受けている高齢者本人も届出ができます。虐待を止めることは、虐待をしている養護者のためにも必要です。特に、生命や身体に重大な危険がある場合は、速やかに通報ください。

高齢者の虐待に気づいたら