

# 年に一度は健診を!!

## ●「国民健康保険特定健診の申し込みについて」

長洲町では今年度も特定健診を実施しています。集団検診については、中央公民館で6月に実施しましたが、更に12月中旬に追加健診を行います。また、かかりつけの病院で各自で受けていただく個別健診については来年2月までの期間で実施しています。健診（検診）はあなたの体の状態を知るための一つの方法です。自分の健康のために、年に一度は受ける事を心がけましょう！

各校区の特定健診受診状況（平成28年7月現在）

校区名	対象者数	受診者数	受診率
腹赤校区	708人	208人	29.8%
六栄校区	989人	265人	27.2%
清里校区	346人	119人	34.5%
長洲校区	1,129人	288人	25.7%
町全体	3,172人	880人	27.7%

## infomation

平成28年12月16日(金)

## 特定健康診査・がん検診

■時間 午前7時30分～11時

■費用 1,000円  
(節目年齢無料)

☎ 福祉保健介護課  
国保医療係  
(☎78-3139)

A3

退院後は禁煙、野菜中心に食事を摂るなど生活習慣を改めた。運動

Q3

無事退院されてからの生活はどう変わりましたか？

A2

発病した時は、心筋梗塞とは「高齢者が罹るもの」という意識があったので「何故こんな年で自分が」という思いがあった。

Q2

心筋梗塞と分かった時はどう思われましたか？

A1

30代まで食生活は油ものが多い、野菜は殆ど摂取していません。40歳になってすぐ胃・背中・こめかみが痛くなり、救急車で搬送されて心筋梗塞と分かりカテーテル処置を受けて一ヶ月入院した。

Q1

40代で大病を患われたとの事ですが、それまでの生活についてはどのような状態でしたか？



六栄歯科診療所  
鳴尾 英一 氏

## ●「特定健診の大切さ」

A4

現在3か月に一度病院での検査を受け、自分の体の状態の把握に努めている。健診を受診しない方には、30代までは大きな病気にかからない人も多いので40代になってもそのまま行くと錯覚しがちであり、自分も心筋梗塞になるまではそういう思いで生活していたように思う。よく言われる事だが健康のありがたみというのは病気になるまで分らない。40代からは2〜3日に一回程度の血圧測定を習慣化し、自分の体の状態を把握する事が大事だと思う。又、これまで受けていないという方は、新たな病気が発見されるのが怖いので受けないという方もいるように感じる。早めに発見して治療すれば費用も安く済むので、とにかく一度は受診してみる方がいいと思います。

Q4

ここ数年の長洲町の国民健康保険特定健診の受診率は35〜40%の間で推移しており、残り約70%の方は受けていない状況があります。この方たちに健診を受けていただくにはどうしたらよいと思われませんか？

についても自宅の周辺を時折ウォーキングされている。その後の再発はあっていない。

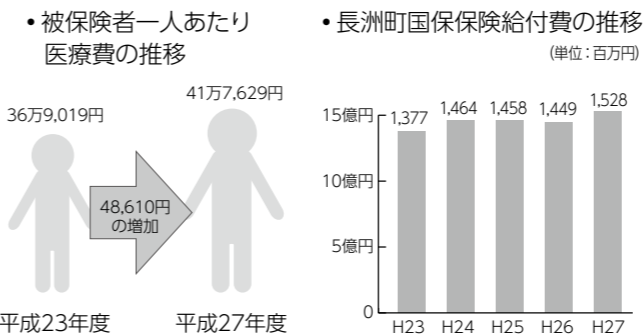
# 長洲町国民健康保険の危機

## 長洲町の国保財政のすがた

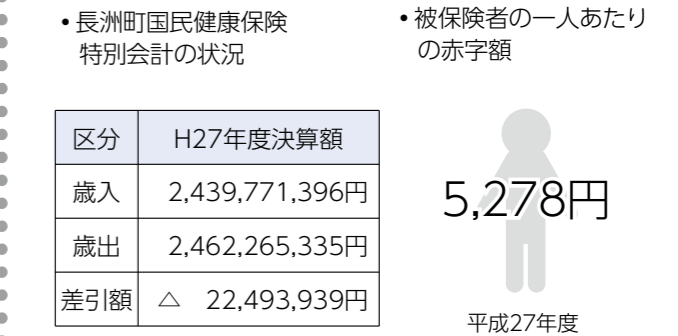
～国保財政は、医療費の増加により、厳しい状況に直面しています～

日本では、すべての人が医療保険制度に加入することになっています。医療保険制度のうち、長洲町の国民健康保険（国保）は、主に長洲町にお住まいの人が加入し、加入者（被保険者）が出し合ったお金（保険税）と国や県などの支出金を合わせたお金を財源として、医療費などをまかなう「助け合い」の仕組みになっています。しかし、加入者の高齢化や医療の高度化などの影響を受け、長洲町国保財政は、増え続ける支出を収入でまかなうことができず、厳しい財政状況となっています。

## ●加入者一人当たり医療費5年前と比べ約5万円増



## ●平成27年度の長洲町国保は実質的な「赤字」



長洲町国保の保険給付費は、平成23年度には約13億7千万円でした。平成27年度には15億3千万と、約12%、金額にすると約1億6千万円も増加しています。また、加入者一人当たりの医療費は、平成23年度36万9千円だったのが、平成27年度には約41万7千円に増加しています。

平成27年度の長洲町の国民健康保険の決算は、年度の初めに税率の改正をしたにも関わらず、2,249万円の赤字になりました。赤字額については、今年度の国保会計から補てんするため、今年度国保会計は赤字からのスタートとなっています。よって、引き続き財政運営も厳しいものと予想されます。

## 医療費適正化のためにご家庭でご協力いただきたい、3つのこと

### 1.ご家庭の「医療費」について、「医療費通知」でご確認ください。

4カ月ごとに、ご家族ごとにかかった医療機関名や医療費総額について、医療機関からの請求にもとづき、「医療費通知」をお送りし、お知らせしています。ご家庭の医療費をご確認いただくと同時に、かかっていない医療機関が記載されていないかなど、疑問点がないかご覧ください。

※県外の医療機関にかかった時は、「●●県医療機関等」と記載され、医療機関名が表示されない場合があります。また、柔道整復師の一部など、事務処理の異なる医療機関等については記載されない場合があります。

### 2.「ジェネリック医薬品」の利用をご検討ください。

ジェネリック医薬品とは、新薬の特許が切れてから作られた薬で、新薬と同じ有効成分で作られた薬のことです。新薬に比べて開発費を抑えられるため、安価に作るすることができます。ジェネリック医薬品の品質・有効性・安全性は、新薬と同等であると厚生労働省が認めています。これらの薬を選ぶことは、自己負担だけでなく、医療費を減らすことにつながります。

### 3.年に一度「特定健診」を受けましょう。