

# 高山市国民健康保険の現状

市民のみなさんに国民健康保険(国保)の現状をご理解いただくため、シリーズで国保の現状についてご紹介しています。

第3回は、市国保加入者の疾病の傾向や、予防のための特定健康診査などについてお伝えします。

## ▼加入者の疾病の傾向

みなさんは「生活習慣病」に  
はどういった病気が含まれる

かご存知でしょうか。糖尿病・高血圧症・高脂血症などのことを総合して「生活習慣病」といいます。

表1は、市国保加入者の疾病大分類(全ての疾病などを大きく19種類に区分したものの)医療費の状況で、上位5位の状況を示しています。

岐阜県国民健康保険連合会調べ

(表1)市国民健康保険疾病大分類別医療費の状況(22年5月診療分)

疾病大分類別	主な疾病	医療費(千円)	構成割合
循環系の疾患	脳梗塞、虚血性心疾患など	111,074	22.9%
新生物	悪性新生物(ガン)	72,810	15.0%
消化器系の疾患	う蝕(歯科)、胃炎など	62,082	12.8%
内分泌、栄養および代謝疾患	糖尿病など	61,019	12.6%
筋骨格系および結合組織の疾患	脊椎障害、腰痛など	27,679	5.7%

表の構成割合でも明らかのように、「循環器系の疾患」や「新生物」、「内分泌、栄養及び代謝疾患」など、いわゆる「生活習慣病」に関係する医療費の合計が、全体の50・5%と約半分を占めています。

このことから、生活習慣病にならないための「予防」が重要であることが分かります。

## ▼生活習慣病予防は健診から

平成20年度から医療保険者(健康保険)に対して、40歳か

ら74歳の方を対象とした「特定健康診査(特定健診)・特定保健指導」の実施が義務付けられました。市国保でも、毎年4月末から10月まで市内各所で国保加入者を対象に実施しています。



平成22年度の特定健診受診率は52%で、まだ約半数の方が特定健診を受診されていない状況です。

ただし、受診された方が特定保健指導を受ける率は94%で県内21市の中で1位と、受診者のみなさんの健康への意識の高さがうかがえます。

特定健診の結果をしてみると、メタボリックシンドローム該当者数や血圧・LDLコ

レステロールのデータは、県平均よりかなり低くなっています。しかし、HbA1c(注1)や尿酸、肝機能のデータは県平均より高く、特に糖尿病の検査ではHbA1cは正常高値(境界域)5・2~6・0%の方が60%と高い割合を示しています。

これらの傾向がみられる対象者には「血糖値は、果物や菓子パン、アルコール類だけでなく、ご飯や餅、麺類などの炭水化物を摂り過ぎて高くなることなどの保健指導を行っています。

健康診査は毎年受けて、自

分の身体の状態を確認し、生活を見直すきっかけとしていただくことが重要です。

「健診や保健指導を受ければ、自分の人生の利益になる」と思っていただけのように、市では今後も健診結果説明会や家庭訪問などの保健指導を充実していきます。特定健診は毎年必ず受診しましょう。

注1 HbA1c(ヘモグロビンエーワンシー)は2カ月の平均的な血糖の動きが分かる検査値で望ましいのは5・1%以下

## 問合先

市民課  
353137

## ◆市職員が脱メタボに挑戦中

市の職員有志13名が脱メタボを目指し、平成23年8月から保健師の指導を受けながら生活習慣の改善に取り組んでいます。表2はこのうち3名の体重の変化の様子です。本年1月~2月にかけて健康診査を受け、健診結果により改善されたかの検証がはじまります。

詳しくは市ホームページに掲載していますのでご覧ください。

(表2)市職員の体重変化の様子 単位:kg

	職員A	職員B	職員C
目標	60.9	70.0	78.0
スタート	65.3	76.2	84.3
9月30日	62.5	73.4	79.0
10月30日	61.5	73.2	78.6
11月30日	61.4	73.6	76.2
12月31日	61.6	73.6	76.4
1月31日	59.4	72.0	75.0
目標まであと	達成!	2.0	達成!