

健康上手は

健診上手

忘れず特定健康診査を受けましょう。

問い合わせ 保健介護課 ☎2141

40歳以上75歳未満の方が対象となる特定健診（特定健康診査）特定健診の対象とならない方が受診できる市独自の健診事業である一般健診。昨年度に引き続き、今年度も皆さんの健康生活を手助けするため、さまざまな健診事業を行います。健康は、一番の宝物。これを機会に健診を受けてみませんか。

今回は主に特定健診について、市国民健康保険（国保）の場合を中心に、受診期間などの基本情報や健診などの内容をお知らせします。



検査項目

① 必須項目

問診（生活習慣や病歴などの確認）、身体計測（身長・体重・BMI・腹囲）、血圧測定など

② 脂質検査

中性脂肪、コレステロール（HDL、LDL）を調べることでメタボリックシンドロームの危険性を調べます。

③ 代謝系の検査

血糖、HbA1c、尿に含まれる糖を調べて体の代謝異常を発見します。

④ 肝機能検査

AST、ALT、γ-GTPを調べて肝機能障害を発見します。

⑤ 尿・腎機能の検査

尿たんぱくを調べて腎臓の病気を発見する手掛かりにします。

医師が必要と判断した場合

⑥ 貧血検査

赤血球、Hb、ヘマトクリットを調べて、貧血やほかの病気になっていないか調べます。

医師が前年度結果により判断

血糖・脂質・血圧・肥満のすべてにおいて一定基準に該当している方で、医師が必要と判断した場合に、
⑦心電図検査・⑧眼底検査を行います。

受診期間は平成24年2月29日まで
国保の場合は、7月1日（金）から平成24年2月29日（水）までです。

医療機関によって、受診できる日が異なりますので、前もって医療機関に確認してください。なお、医療機関への申し込みは、受診券が届いてからにしてください。

また、国保以外の医療保険に加入している方は、保険を運営している保険者に受診できる医療機関を問い合わせてください。

特定健診の対象は40歳以上75歳未満
特定健診の対象者は、4月1日時点で国保資格のある40歳以上75歳未満の方です。

なお、特定健診が受診できない方は、市が行う一般健診を受診できます。

※ 特定保健指導（動機付け支援および積極的支援）を受けている方は、指導期間が満了するまで、特定健診や人間ドックを受診することができません。また、人間ドックを受診する方は、検査項目が特定健診と重なるため、特定健診を受診できませんのでご注意ください。

受診券は6月末ごろ郵送
特定健診の受診券は、加入先の保険を運営する保険者が交付します。国保加入者で対象となる方には、6月末ごろに郵送する予定です。

特定健診を受診したすべての方に、今後の健康づくりに役立ててもらえるよう、受診した医療機関で受診結果などの情報提供を行います。また、一定基準を超えた方は、動機付け支援または積極的支援という保健指導を受けることになります。

保健指導

① 検査結果の説明

自分自身の生活習慣の改善ポイントを確認します。

② 行動計画の策定

医師や保健師、管理栄養士と面接し、個人の状態に応じた最適な生活習慣改善のための計画と一緒に作成します。

③ 行動計画の実行

作成した計画にある行動目標の達成に向けて、自分自身で取り組みを行います。ただし、積極的支援に該当する方には、保健師などが、面談や電話、Eメールなどで目標達成のためのサポートを継続的に行っています。

④ 効果を測定

計画を実行して、6カ月後に再検査を行い、計画の達成度を確認します。

⑤ 計画の評価

効果測定後に、保健師などと面接を行い、評価を行います。達成度合いに応じて、保健師などが、計画修正のアドバイスなどを行い、達成できる方法を一緒に考えていきます。

⑥ 計画の再評価

市は、平成24年度までに受診率65%を達成する目標を設けています。市の特定健診の受診率は、平成20年度は約19%、平成21年度は約16%、平成22年度は約14%です。平成24年までに、約50%程度受診率を伸ばさなければなりません。

⑦ 健康の向上

健康のためにも皆さんの積極的な受診をお願いします。

⑧ 受診率の向上

受診できる医療機関
市内では、左表にある医療機関で特定健診を受診できます。

健診料は医療保険者により異なります

健診料は、加入先の医療保険者によって異なります。

国保の加入者の方は、1,000円（非課税世帯の方は無料）を医療機関の窓口で支払うこととなります。なお集団健診で受診した場合も1,000円です。

※ 集団健診は市広報7月号でお知らせします。

平成23年度特定健診実施機関（平成23年6月1日現在）

医療機関名	住所	電話番号
阿多田診療所	阿多田403-2	53-7061
松浦医院	小方1丁目21-30	57-7053
佐川内科医院	玖波2丁目4-2	57-2233
国立病院機構広島西医療センター	玖波4丁目1-1	57-7151
メープルヒル病院	玖波5丁目2-1	57-7451
大竹中央クリニック	新町1丁目1-25	52-6200
山根クリニック	新町2丁目2-15	52-3356
大竹外科胃腸科医院	新町2丁目6-6	53-5222
渡辺医院	立戸2丁目3-8	53-1151
松前内科医院	西栄1丁目8-13	52-2815
坪井クリニック	本町1丁目1-18	52-8337
シルククリニック	本町1丁目5-6	52-3313
本町医院	本町2丁目15-17	52-4427
大和橋医院	本町2丁目9-4	52-3059
村井内科胃腸科医院	南栄1丁目4-9	52-8138
荒田クリニック	油見3丁目19-19	53-4100
レディースクリニックとよしま医院	油見3丁目19-6	53-7789
嶋田内科胃腸科医院	油見3丁目3-1	53-3022

受診できる医療機関

市内では、左表にある医療機関で特定健診を受診できます。



保健指導の対象となる基準

腹囲が男性85cm以上、女性90cm以上、またはBMIの数値が25以上で、次の項目に1つ以上該当する方

① 高血糖

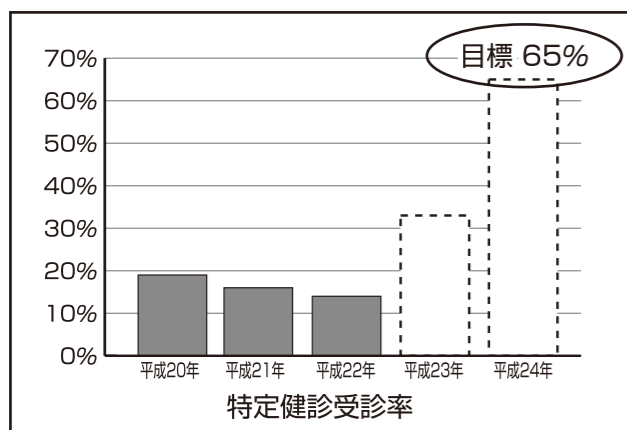
空腹時血糖が100mg/dl以上またはHbA1cが5.2%以上の方

② 脂質異常

中性脂肪が150mg/dl以上またはHDLコレステロール40mg/dl未満の方

③ 高血圧

収縮期血圧130mmHG以上、または拡張期血圧85mmHG以上



ちょっと知っておきたい話

特定健診の受診率

特定健診は、平成20年度から保険を運営するすべての保険者（国民健康保険の場合は、大竹市）が実施することが義務付けられました。

市は、平成24年度までに受診率65%を達成する目標を設けています。市の特定健診の受診率は、平成20年度は約19%、平成21年度は約16%、平成22年度は約14%です。平成24年までに、約50%程度受診率を伸ばさなければなりません。

健康のためにも皆さんの積極的な受診をお願いします。

特定健診Q&A

Q 健康なので健診を受けなくていいですか？

A 心臓病や脳卒中、糖尿病などの生活習慣病は自覚症状がなく進行することが多く、異常に気づくためには毎年の健診が欠かせません。年に1回特定健診を受けましょう。

Q 職場などで健診を受けているのですが、それでも特定健診を受ける必要がありますか？

A 国保に加入している方が勤務先などで健診を受けている場合は、その結果を保健介護課に提示していただくことで、特定健診を受診したとみなせる場合があります。該当の方は保健介護課へ問い合わせてください。

Q 通院中で様々な検査を受けているのに特定健診を受けなければならぬのですか？

A 医療機関で治療の一環として受ける検査と特定健診は目的が違います。また、医療機関での検査は、特定健診の項目を満たしているとは限りませんので、その結果を提示しても特定健診を受診したとみなすことはできません。現在通院中の方も特定健診の対象となりますので、主治医の先生に相談してください。

市独自の健診事業一般健診

問い合わせ 保健介護課 ☎2140

今年度も、特定健診の対象とならない方には市が「一般健診」を行います。

受診期間

7月1日(金)～平成24年2月29日(水)

対象

次のいずれかに該当する方
①後期高齢者医療の被保険者の方
②7月1日時点で医療保険者から受診券が発行されなかった40歳以上の方(生活保護受給世帯の方を含む)

健診内容

特定健診の項目(11ページ参照)と同じ内容です。ただし、75歳以上の方は腹囲を計測しません。

受診券の郵送

対象の①に該当する方には、6月中に受診券を市から郵送します。ただし、②に該当する方は、申し込みが必要になりますので、7月1日以降、健康保険証を保健介護課にご持参ください。

受診できる医療機関

受診券と一緒に同封してお知らせします。受診するときは、指定された医療機関に必ず事前予約をしてください。

※ 肝炎ウイルス・がん検診については、今月号折り込みチラシをご覧ください。

行政相談委員制度をご存じですか

問い合わせ 企画財政課 ☎2124

行政相談委員は、身近な相談相手として、総務大臣から委嘱された民間人です。国や独立行政法人、特殊法人などの行政サービス(仕事)に関する苦情などを受け付けています。

本制度は今年度で50周年を迎えます。市には現在、森脇周利さんと塩田時男さんの2人の相談委員がいます。森脇相談委員は再委嘱、塩田相談委員は平成23年5月からの委嘱となりました。

なお、定例の相談は、毎月第2火曜日13時から15時まで市役所で行っています。



住民と行政のパイプ役になりたいと思います。困ったときには気軽に相談に来てください。(行政相談委員 塩田時男さん)

児童扶養手当・特別児童扶養手当額が改定されます

問い合わせ 福祉課 ☎2148

平成23年4月から、「児童扶養手当法による児童扶養手当の額等の改定の特例に関する法律」により、児童扶養手当、または特別児童扶養手当を受けている方は、4月分の支給額から改定されます。

対象の方には、後日改定後の手当月額を通知します。

児童扶養手当

	平成22年度	平成23年度
全部支給(月額)	41,720円	41,550円
一部支給(月額)	41,710円~9,850円	41,540円~9,810円

特別児童扶養手当

	平成22年度	平成23年度
1 級	50,750円	50,550円
2 級	33,800円	33,670円

平成23年度障害者委託訓練生募集

問い合わせ ハローワーク大竹 ☎8609
広島障害者職業能力開発校 ☎082-254-1766

対象 障害者手帳を持ち、公共職業安定所に求職登録している方
受講コース 別表のとおり
申し込み ハローワーク大竹で応募用紙を提出してください。

コース名	対象者	定員	訓練場所	申込期間	訓練期間
パソコンビジネス科	身体障害者	10名	東区総合福祉センター	6月1日~8月10日	9月1日~11月30日
クリーンスタッフ養成科	知的障害者	8名	社団法人広島ビルメンテナンス協会	6月1日~8月8日	9月1日~10月31日
介護科サービス科	精神障害者	10名	8月上旬決定予定	5月上旬~7月上旬	8月上旬~10月上旬
パソコンマスター科	精神障害者	10名	株式会社広島ソフトウェアセンター	7月1日~9月7日	10月5日~12月2日
パソコン・流通実務科	精神障害者	10名	廿日市ユアーズ宮内店2階	7月1日~9月20日	10月13日~12月12日
ホームページ作成スキル習得コース(通信訓練)	重度障害者	7名	県内全域	4月15日~7月8日	7月20日~12月19日
OA実務スキル習得コース(通信訓練)	重度障害者	8名	県内全域	4月15日~6月17日	7月1日~11月30日

思いやり駐車場利用証の交付

問い合わせ

県地域福祉課 ☎082-5133142
FAX 082-2233572
福祉課 ☎2146

広島県は、県内の公共施設や商業施設などに設置された身体障害者等用駐車場(車いすマークがある駐車場)の適正な利用のため、7月1日から、歩行困難な方に県内共通の利用証を交付する「広島県思いやり駐車場利用証交付制度」を導入します。

対象者 下表

申込方法 6月1日から県地域福祉課で、郵送による受付を開始します。また、7月1日からは、県地域福祉課、各厚生環境事務所、各市町の窓口で受付・交付を行います。市の窓口は障害福祉係で、手数料は無料です。障害者手帳などの証明書類を提示してください。



⑥~⑦ 赤色 期限あり
①~⑤ 緑色 期限なし

利用証は、ルームミラーなどに掲示して駐車してください。

対象者	対象者の範囲	確認書類	有効期間
①身体障害者	区分、等級により制限があります。	身体障害者手帳	基準に該当しなくなるまで
②知的障害者	① A	療育手帳	同上
③精神障害者	1級	精神障害者保健福祉手帳	同上
④難病患者	○ 特定疾患医療受給者 ○ 小児慢性特定疾患医療受給者	特定疾患医療受給者証または小児慢性特定疾患医療受給者証	同上
⑤高齢者	要介護度1以上	介護保険被保険者証	同上
⑥妊産婦	妊娠7カ月~産後1年6カ月(産後は、1歳6カ月までの乳幼児同伴の場合に限る)	母子健康手帳	必要と認められる期間
⑦その他	○ けがなどで補そう具の使用を必要とする人など ○ 発達障害などで、歩行の際に介助者の特別な注意が必要な人 ○ ①~③に該当する人のうち、対象者の範囲に含まれないが歩行に支障がある人	医師の診断書、意見書、公的機関の証明書など	同上