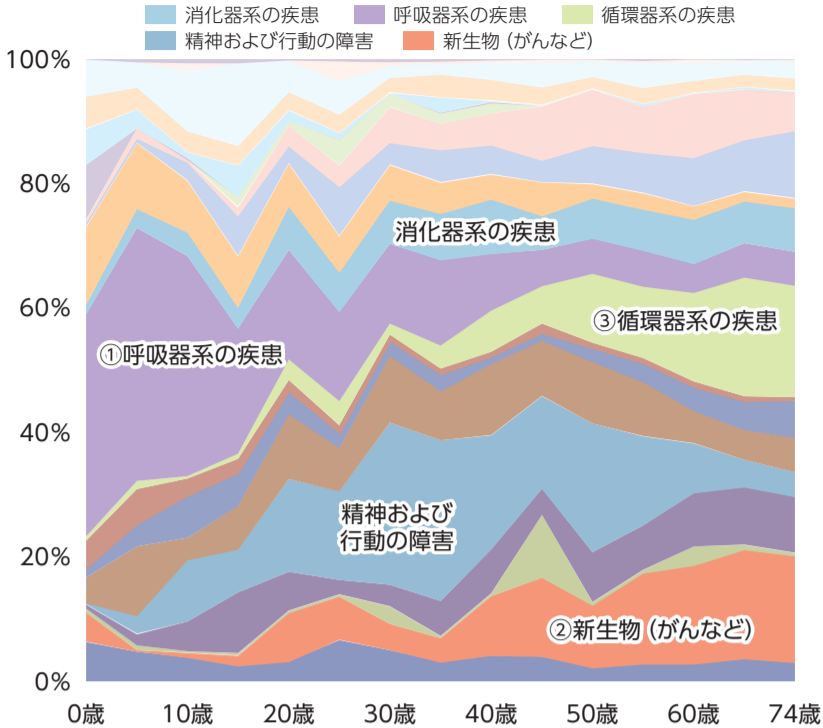


年齢階層別医療費の構成



小平市の国保に加入する人の年齢階層別医療費を分析すると、次のような特徴があります(左上図)。

19歳までは呼吸器系の疾患が占める割合が高く(上図の①)、風邪をよくひき、アレルギー性鼻炎や、ぜんそくなどの子どもが多いことがわかります。

大人になると、呼吸器系の疾患は減りますが、新生物(がんなど、上図の②)や他の疾患が増えてきます。45歳を超えると、循環器系の疾患の占める割合が高く、60歳以上では循環器系疾患の割合が更に高くなるのが目で見られます(上図の③)。これは高血圧、脳梗塞といった、いわゆる生活習慣病によるものです。新生物(がんなど)の割合も高く、歳を重ねるにつれて、生活習慣病やがんの治療に医療費がかかっていることがわかります。

早期発見 早期治療が大切

生活習慣病やがんの治療にたくさん医療費がかからないよう、病気は早期発見、早期治療が大切です。そのために、市では各種保健事業を行っています。

データを分析して、効率的な保健事業を行う

データヘルスとは、国保加入者の診療報酬明細書や特定健康診査のデ

ータを分析して健康課題を見つけ出し、課題に沿った効果的で効率的な保健事業を行うことをいいます。国保に加入する人の健康な暮らしを応援して、医療費の適正化を目指すために市が策定した計画が、データヘルス計画です。

45歳を超えると、循環器系疾患の占める割合が高くなる

分析結果やこれまでの市の取り組み状況を整理すると、生活習慣病による生活の質の低下と、医療にかかる負担の増大を防ぐことが重要課題になります。このことを踏まえてこれから取り組むべき健康課題は次の7つとなります。

7つの取り組みべき健康課題

- ▽特定健診の受診率向上
- ▽特定保健指導の実施率向上
- ▽生活習慣病に起因する医療費上昇の抑制
- ▽生活習慣病の患者1人当たりの医療費は、腎不全が最も高い
- ▽がん死亡率が高く、医療費も高い
- ▽医療機関への過度な受診の可能性のある対象者が一定数いる
- ▽ジェネリック医薬品利用率のさらなる向上

健康寿命を延ばす

データヘルス計画

市では、国民健康保険(国保)被保険者の健康寿命の延伸と医療費の適正化のため、診療報酬明細書(レセプト)や特定健康診査(特定健診)情報などのデータを分析・活用して、PDCA(計画・実施・評価・改善)サイクルに沿った効果的かつ効率的な保健事業を行う、データヘルス計画と特定健康診査等実施計画を策定しました。

問合せ 保険年金課 ☎042(346)9529

メタボを予防、早期発見する 国保特定健診

特定健康診査(特定健診)は、40歳から74歳までの国保加入者が対象の、内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)を予防、早期発見をするための健康診査です。メタボリックシンドロームとは、内臓に脂肪が蓄積した肥満に、高血圧、高血糖、脂質異常が重なっている状態のことです。この状況が続くと、動脈硬化が急速に進み、心筋梗塞や脳血管疾患などを引き起こす危険性が高くなります。

健診の結果から危険性が高い方には、専門家による特定保健指導を併せて行います。対象となる方には、6月下旬に受診券を発送しました。自分の健康状態を知り、生活習慣を見直す良い機会ですので、ぜひ受診しましょう。

とき 10月31日(水)まで
ところ 小平市、国分寺市、東村山市、東大和市の指定医療機関

内容 問診、身体測定、血圧測定、尿検査、血液検査(医師が必要と判断した場合は、心電図、眼底検査を含む)
※検査項目にない検査をした場合は、自己負担になります。



健診の体験談

〇〇 仕事後の晩酌が楽しみです。最近腹回りが太ったと思っていたら、特定健診でメタボと言われてしまいました。特定保健指導に呼ばれたので、管理栄養士の面接を受けました。腹囲を2センチ減らすだけでも検査値が良くなると聞いて、半年後に体重を3キロ減らすことを目標に頑張っています。(40代 男性)

〇〇 健診を受けたら血圧が高く驚きました。症状がなくても体は変わってきているんですね。考えてみると、親も血圧が高かったと思います。医師に勧められて、家で血圧を測って記録することをはじめました。まだ薬を飲むほどではないようで、月に一度受診して経過をみています。健診で早めに気づけて良かったです。(60代 男性)

新薬と同等で低価格な ジェネリック医薬品

◆ジェネリック医薬品差額通知を発送

ジェネリック医薬品(後発医薬品)とは、これまで有効性や安全性が実証された新薬と同等と認められた低価格な薬です。節約効果が高い対象者に、ジェネリック医薬品に切り替えた場合の差額を記載した通知を発送しています。

主治医に相談して、ジェネリック医薬品を使ってみませんか。



糖尿病性腎症 重症化予防面談

糖尿病性腎症患者のうち、検査項目値や治療状況から選定した対象者に、専門職が6か月間の面談指導と電話連絡によるフォローを、毎年度先着30人を対象に無料で行っていきます。対象者には、参加案内などを7月に発送しますので、ぜひ参加してください。

このほかにも、市では各種保健事業を行っています。対象となる方には通知を発送しています。詳しくはお問い合わせください。

問合せ 保険年金課 ☎042(346)9529