

いきいき健康生活応援ページ

健康のススメ！

Vol.1

「自分の数値、ご存知ですか？」

～生活習慣病による早世・障害の予防に向けて～



「医療制度改革」で新登場！
「特定健診と特定保健指導」

今年度の「医療制度改革」の目玉は、なんといつでも特定健診。いままでの健診は、病気の早期発見重視型でした。しかし、新たに始まった特定健診は、病気（生活習慣病）予防型の健診です。毎年健診を受けていくことで、自分の身体の変化が分かり、それを基に様々な保健指導が行われ、皆さんの健康維持へと繋がっていきます。

桂川町における
一人あたりの医療費は
年間50万円！



桂川町では、若人も老人も全ての年代で医療費が増加し続けています。桂川町における一人あたりの医療費は、50万7千円（平成17年度）で国の37万2千円や、全国的にも高医療費県といわれる福岡県の46万7千円と比較してもかなり高い水準にあることが分かれます。一月にすると、なんと約4万2千円になります。

桂川町の医療費増加の中で特に注目すべきは、若人の医療費の増加です。若くして生活習慣病等やその予備軍に

該当する方が増えれば、年を重ねて老人医療費も増加というふうに連鎖して増加していきます。

生活習慣病から見える
桂川町（高医療費減少へ）の
健康課題！

先ほどから何度も登場している「生活習慣病」というキーワード。これこそが、桂川町の医療費が高くなっている原因の一つです。

詳しく検証してみると、生活習慣病で病院にかかっている方の7割が高血圧です。病院にかかっている方の健康診断結果を見ても、収縮期血圧（一般に「上の血圧」と呼ばれる…心臓が収縮する時にかかる最も高い圧）が高い方が5割をしめています。

◆桂川町国民健康保険被保険者の生活習慣病の実態（※1）

	男 性	女 性
1 位	高血圧 (69.5%)	高血圧 (71.7%)
2 位	糖尿病 (35.8%)	脂質異常症 (44.0%)
3 位	肝疾患 (33.7%)	虚血性心疾患 (26.9%)
4 位	脂質異常症 (32.6%)	糖尿病 (26.0%)
5 位	虚血性心疾患 (25.8%)	その他の心疾患 (25.5%)

また、人工透析に至る原因第1位は腎炎・腎疾患、第2位は糖尿病性腎症ですが、そこに至る基礎疾患として、全国では糖尿病が最も

も多い中、桂川町では6割の方が高血圧を基礎疾患に持たれていました。

65歳未満で介護に至った経緯を見ると、約7割近くの方が脳血管疾患が原因で介護が必要な状態となっています。この脳血管疾患、特に脳卒中を引き起こす最大危険因子も高血圧と言われています。高血圧を放置することによって脳血管疾患や虚血性疾患をおこすことにつながります。

つまり、高血圧の予防が桂川町の健康課題といえます。

◆桂川町国民健康保険被保険者の介護に至った原因疾患について（平成19年度調べ）

	原 因	割合
1 位	脳血管疾患	66.4%
2 位	関節リウマチ	16.8%
3 位	糖尿病	5.6%

「健康のススメ」まとめ

今回の「健康のススメ」ポイントは、「健康づくりの第一歩に、健診（特定健診）を受けて、自分の数値把握から始めよう！」です。

「どうですか？自分の数値、ご存知ですか？」

【次回は、「自分の血圧値は今！」を掲載予定です。】

（※1：お一人で複数の疾患に重複該当の方もいるため、100%にはなりません。）