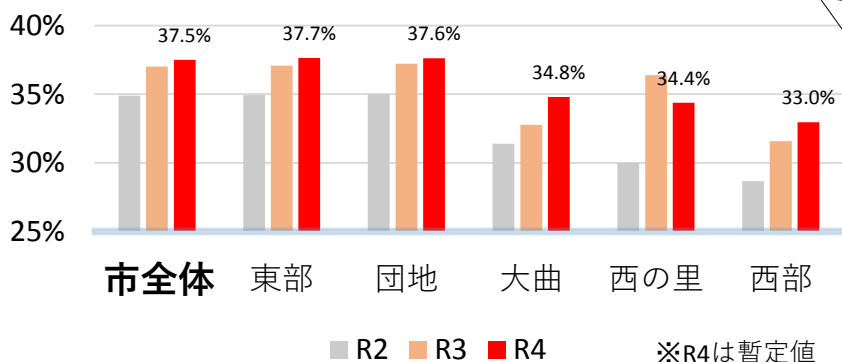


特定健診の受診率、伸びています！目標は60%です

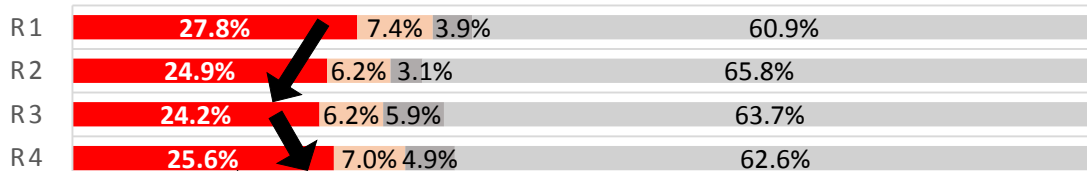
令和2～4年度 地区別受診率



令和2年度に、新型コロナウイルス感染症により落ち込んだ受診率も、令和4年度にかけて市全体で徐々に伸びています。今後も目標の60%を目指していきます。

特定健診対象者の内訳

- 2年連続受診している方
- 初めて受診した方
- 不定期で受診している方
- 受診していない方



昨年度は連続で受診した方が増えました。受診していない方や不定期で受診している方は、毎年受診していただけるようご協力をお願いします。

今年度も、特定健診が始まりました！

5月下旬に受診券を発送しています。お手元に届いていますか？

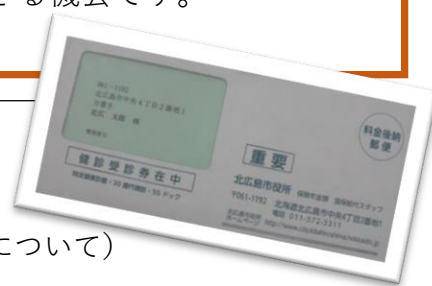
特定健診の受診期間は令和6年2月29日までです。費用は700円（非課税世帯は500円）です。国の特定健診受診率の目標は60%で、受診率が低いと、国からの交付金が少なくなり、みなさんの国民健康保険税に影響する場合があります。特定健診は年に1回、生活習慣病の視点から体の状態を確認できる機会です。ぜひ、ご自身の体の状態を知るために健診をご活用ください。

発行元：北広島市役所 TEL：011-372-3311

お問い合わせ先

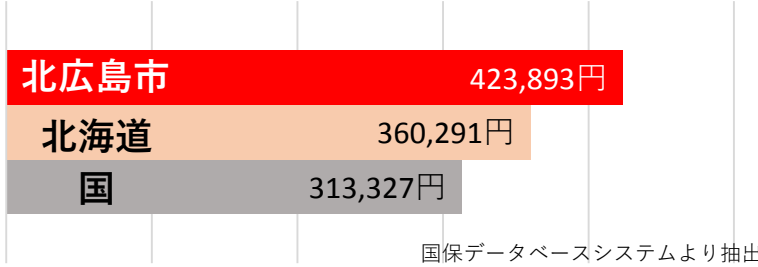
保険年金課国保給付担当 内線2121（受診券について）

健康推進課特定健診・介護予防担当 内線1221・1222（健診結果について）



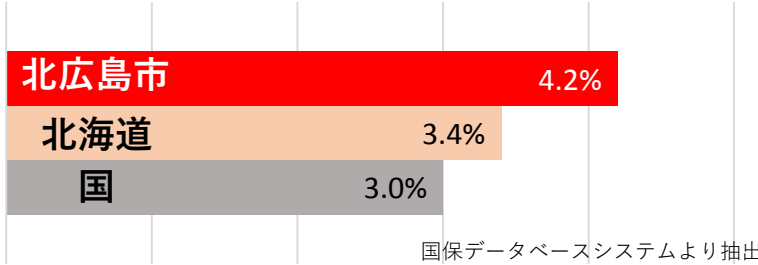
心筋梗塞・狭心症の医療費が高いです！

一人当たりの年間医療費（令和3年度）



北広島市国保では、一人当たりの医療費が北海道や国よりも高い実態があります。さらに心筋梗塞や狭心症に使われる医療費の割合が北海道や国より高くなっています。

北広島市国保の心筋梗塞・狭心症の医療費全体に占める割合（令和3年度）

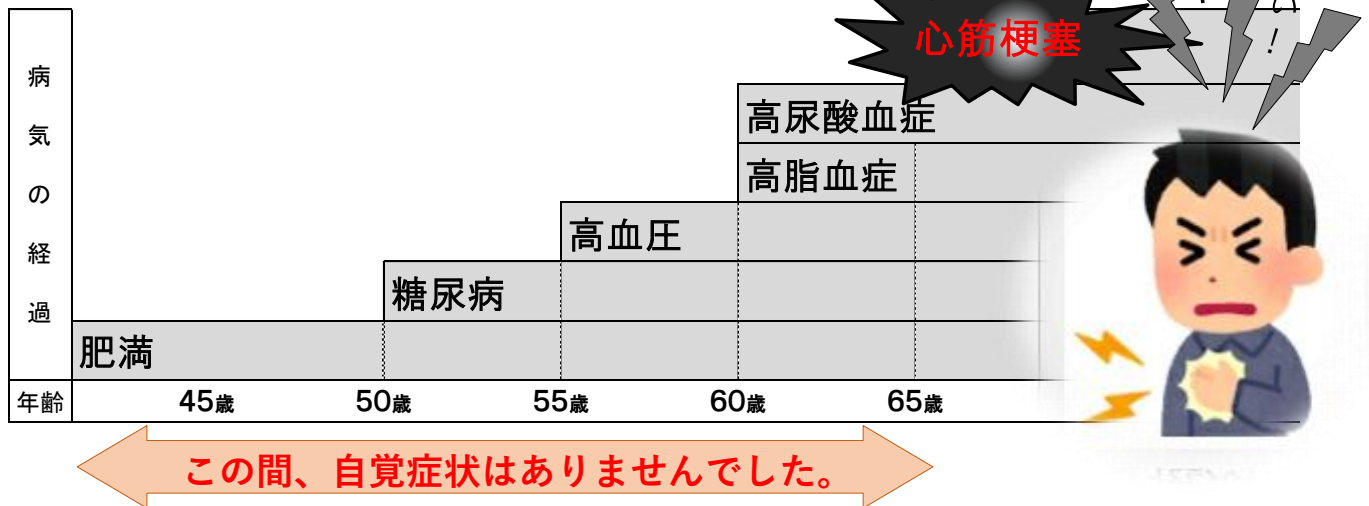


では、心筋梗塞や狭心症になる方を減らすには何ができるでしょうか。

どんな人が心筋梗塞になるの？

「昨日まで元気だったのに、突然、心筋梗塞になったんです。」と、よく聞きますが、症状が出る前に、体の中では何が起こっていたのでしょうか？

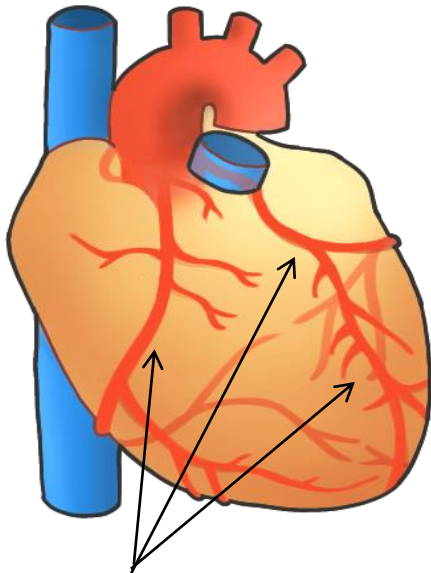
65歳で心筋梗塞になったBさんの場合



予防のポイント！

心筋梗塞を防ぐには、動脈硬化の要因（肥満、糖尿病、高血圧、高脂血症、高尿酸血症）の重なりを一つでも減らすことが大切です。

心筋梗塞や狭心症ってどんな病気？



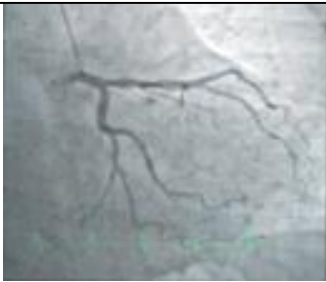
冠動脈（直径 3 mm）

心臓は、**心筋細胞（筋肉）**がポンプのように動くことで、全身に血液を送っています。

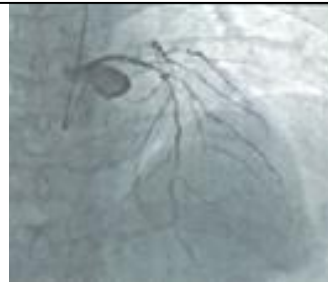
心筋細胞（筋肉）が動くためには、たくさんの血液（酸素や栄養）が必要です。その血液を届けている血管が**冠動脈**です。

冠動脈が**詰まったり、狭くなったり**すると心筋に必要な血液（酸素や栄養）が届かないため、心筋細胞が死滅し動かなくなります。これが**心筋梗塞や狭心症**です。

健康な冠動脈



細く狭くなった冠動脈



どうして、詰まったり、狭くなるの？

長年の**高血圧**や**高尿酸**の影響で内皮細胞が傷つき、壁が壊れます。

余った**糖**や**LDL** **コレステロール**が内皮細胞の下に入り込みます。

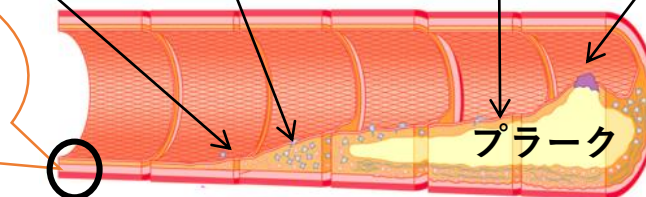
邪魔な糖やLDL **コレステロール**が処理されるとゴミの**プラーク**（粥状の脂の塊）がたまります。

プラークの膜が破れると、傷口を塞ぐかさぶた（**血栓**）ができ、血管はさらに狭くなります。

内皮細胞
中膜
外膜



冠動脈の血管壁は3層構造



肥満があると、内皮細胞の傷の修復を邪魔する物質が出ます。

↑
3mm
↓



血管の断面

早めに健診を受けてポイントをもらおう！

特定健診やがん検診（胃・肺・大腸・乳・子宮・前立腺）を令和5年12月までに受けると、それぞれ3ポイント（=300円分）がもらえます！
詳しくは「きたひろ健康ポイント手帳」をご覧ください。

○対象者 満65歳以上の方

○条件

特定健診の場合

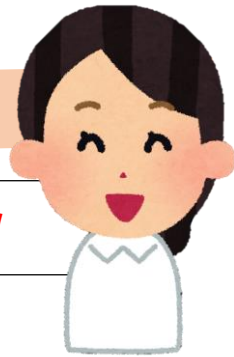
- ①令和5年12月末までに、受診券で特定健診を受けた場合
- ②令和5年12月末までに、職場健診のコピー（令和5年度分）を健康推進課に提出した場合
- ③令和5年12月末までに、かかりつけ医情報提供書（令和5年度版）が市に受理された場合

がん検診の場合

- ①市が発行する受診券で、令和5年12月末までに受診した場合

集団検診をぜひご活用ください！

集団検診では、眼底検査も同日に受けられます！



< 集団検診 >

実施時期	実施場所	検診の種類	広報掲載号
9/19（火）	団地住民センター	特定健診 がん検診（胃・肺・大腸・前立腺） 肝炎ウイルス・エキノコックス症検診	8/1号
9/20（水）	市役所保健センター		
10/17（火）	大曲会館	特定健診 がん検診（胃・肺・大腸・乳・子宮・前立腺） 肝炎ウイルス・エキノコックス症検診	
10/18（水）			
10/19（木）	西の里会館		

市内会館から
検診機関まで
バスで送迎します。

10月実施の集団検診では、
特定健診と全ての
がん検診が受けられます。

< 送迎バス検診 >

実施時期	実施場所	検診の種類	広報掲載号
12/11（月）～ 12/16（土）	対がん協会	特定健診 がん検診（胃・肺・大腸・乳・子宮・前立腺） 骨粗しょう症・肝炎ウイルス・ エキノコックス症検診	11/1号
2/14（水）～ 2/17（土）			1/1号