

# 特・定・健・診

受けていますか？**特定健診**  
～健康の秘訣は継続受診～

今年から羽曳野市国保特定健診は無料になりました！

羽曳野市国保では、40歳以上の方に1年に1回無料で特定健康診査を実施しています。特定健康診査はメタボリックシンドロームに着目した健診で、近年増えている糖尿病や高血圧症などの生活習慣病の発症や重症化を予防するための健診です。健康増進普及月間にあわせた健康情報通信3か月連載の第3回目は武庫川女子大学看護学部 教授 和泉 京子先生 にお話を伺いました。



武庫川女子大学看護学部  
看護学研究科  
教授 和泉 京子

## ◆自覚症状はなかったけれど…

羽曳野市では過去5年間に一度も特定健診を受診していない方などに任意で家庭訪問を行い、体調などをお伺いするとともに血圧測定や特定健診のご案内をしました。

家庭訪問で出会った3人の方を紹介します。

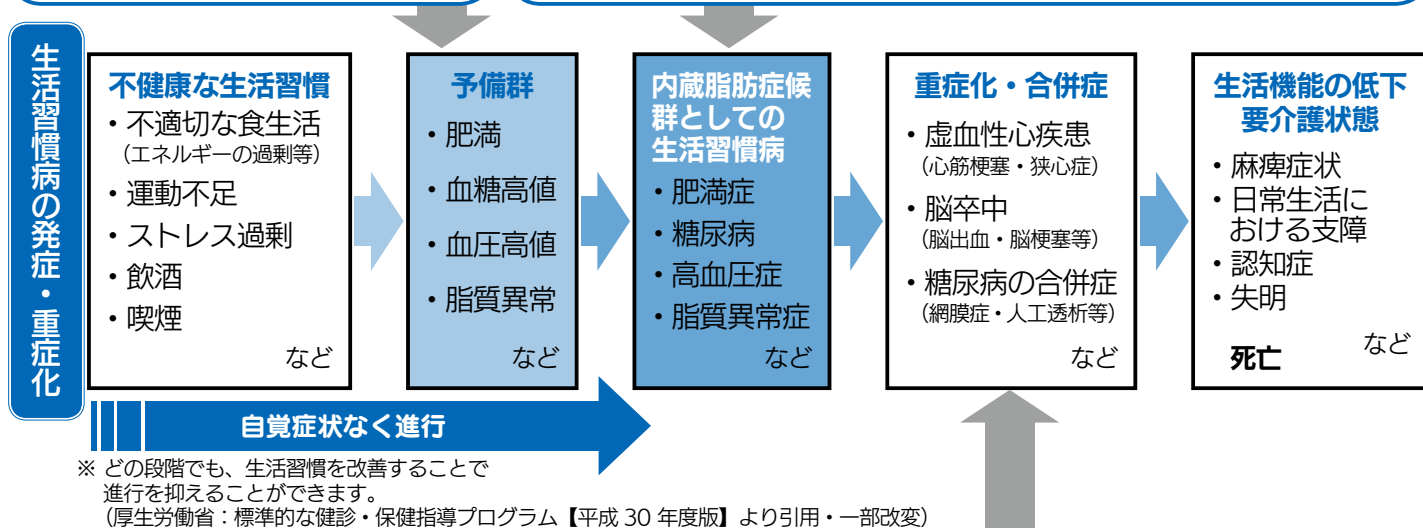
### Aさん：男性 60歳代

長く病院にかかっていたいなかったAさん。思い切って医療機関で特定健診を受診したところ、肥満、高血圧、脂質異常症がみつかりました。

特定健診をきっかけにかりつけ医ができ、定期的に受診をしています。かかりつけ医に勧められた運動を続け、このまま内服なしで過ごせるよう心掛けています。

### Bさん：女性 70歳代

「自覚症状がないので大丈夫、健康です。」とおっしゃっていましたが、血圧測定をしてご本人もビックリ！！なんと収縮期血圧が200mmHgを超えていました（高い方の血圧：正常値は130mmHg未満）。すぐに医療機関で診てもらったほうが良い状態です。しかし、Bさんは「医療機関への受診は予定外の出費になるので…」とためらい、まず特定健診を医療機関で受診しました。特定健診の結果、肥満、高血圧、脂質異常症がわかり内服治療を始めることになりました。Bさんの1か月あたりの医療費は一万円弱で、そのうちの自己負担は2割の二千元弱です。そのまま放置していると…重症化し合併症を起し、入院が必要になったかもしれません。その場合は医療費の負担も大きかったことでしょう…。



### Cさん：男性 60歳代

Bさんと同様に、自覚症状はありませんでしたが、血圧測定をすると収縮期血圧は200mmHg近くありました。その後、医療機関の受診を予定していた矢先に体調を崩され、脳出血、高血圧、糖尿病という診断を受けました。生活習慣病が自覚症状のないうちに進行してしまっていたのです。

注：Aさん、Bさん、Cさんについては、個人が特定されないように実際の状況に手を加えています。

自覚症状がなくても、生活習慣病が発症し、重症化している場合があります。早期に発見し生活習慣の見直しや治療を行うことにより進行を抑えることができます。健康を維持し、より豊かな生活を送られることを願い、一人でも多くの方に特定健診を受診していただきたいと思っております。

特定健診は大阪府内の実施医療機関で受診できます。特に、羽曳野市・藤井寺市の羽曳野市民健診実施医療機関で受診される場合、心電図・貧血等の検査を含む項目を追加負担なく同時に受診できます。

受診券と一緒に送られた特定健診実施医療機関の一覧（住所・電話番号記載）をご覧になり、身近な医療機関にお問い合わせください。

<問合せ> 保険年金課 総務保健事業担当 ☎ 958-1111 内線1761