

広報

あしや

No. 988

平成20年
(2008年)

5月15日号

毎月1日・15日発行

Garden City Ashiya

発行/
芦屋市役所(広報課)
TEL. 0797-31-2121 FAX. 0797-38-2152
〒659-8501兵庫県芦屋市精道町7番6号
ホームページ
http://www.city.ashiya.hyogo.jp/
メールアドレス
info@city.ashiya.hyogo.jp



市内集会所等で「市民と市長の『集会所トーク』」開催
市内13カ所で開催のトーク(4月21日～5月16日)で、市民と市長とがまちづくり等について、熱心に意見交換しました。

メタボリックシンドロームの早期発見 あなたは大丈夫？

問い合わせ 保健センター ☎31-1666(健診専用)



平成20年度から、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した生活習慣病予防のための特定健康診査・特定保健指導が始まります。
メタボリックシンドロームとは、内臓脂肪型肥満に加え、高血圧・高血糖・高脂血症のうち2つ以上が重なった状態をいい、脳卒中や心臓病のリスクが高くなります。
早期発見で、皆さんの糖尿病などの生活習慣病の発症や重症化を予防しましょう。

特定健康診査 健康診査(長寿医療) 健診内容一覧

年齢	40～64歳	65歳～74歳	75歳以上
区分	特定健康診査		健康診査(長寿医療)
基本健診項目等	【診察・計測】 問診・身長・体重・肥満度・腹囲・診察・血圧 75歳以上のかたは、腹囲計測なし 【血液検査】 中性脂肪・HDLコレステロール・LDLコレステロール・AST・ALT・-GT・空腹時血糖・血清尿酸値・血清クレアチニン・ヘモグロビンA1c 【尿検査】 尿糖・尿蛋白 一定基準のもとに医師が判断した場合のみ貧血検査・心電図検査・眼底検査を実施		
同時に受診できる検診	①肺がん検診 ・胸部レントゲン撮影 必要なかたには、かく痰検査 ②大腸がん検診 ・便潜血反応検査(2日法) ③前立腺がん検診(50歳以上のかたのみ) ・血液(P.S.A)検査		
介護予防健診	40歳～64歳のかたの健診はありません	65歳以上のかた対象 生活機能チェック結果により、下記の検査を実施 ・反復唾液嚥下テスト ・心電図検査 ・血液(貧血・アルブミン)検査	
受診時期・会場等	保健センターおよび市内集会所等で、6月から12月にかけて実施 5月下旬に受診券を送付します。会場・日時等は、受診券でご確認ください。	市内医療機関で、6月から12月にかけて実施。 5月下旬に受診券を送付します。受診できる医療機関・日時等は、受診券でご確認ください。	

特定健康診査

四十歳から七十四歳のかたを対象に、加入されている医療保険者(健康保険組合・政府管掌健康保険・共済組合・市町村国民健康保険など)が実施します。

特定健診の目的は、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)該当者やその予備群のかたを見つけておくことです。

【対象者】
次のすべてに該当するか左厚生労働大臣が定める者は除く)です。
健診実施年度の四月一日における前記の医療保険加入者
健診実施年度中に、四十歳～七十四歳になるかた
受診日まで、前記の医療保険に引き続き加入しているかた

【実施日時・会場】
市国民健康保険に加入の対象者のかたは、市内医療機関・保健センター等で、六月から特定健診を予定しています。
受診券は五月下旬に送付します。同一年度内に特定健診と芦屋病院の間ドック国保の助成を受けた場合は、検査項目の重複が

あるため、どちらか一方しか受診できません。
その他の健康保険に加入のかたは、それぞれの医療保険者にお問い合わせください。

特定保健指導について

特定健診の結果から、メタボリックシンドロームを判定します。
腹囲・肥満度(BMI)・血糖・脂質検査・血圧・喫煙などの結果を、リスクの高さにより、「情報提供」「動機付け支援」「積極的支援」に階層化します(下表参照)。

その後、一人一人に合った、糖尿病などの生活習慣病の予防・改善のための支援を実施します。
特定保健指導実施についての詳細は、決まり次第にお知らせします。

健康診査について

対象者は、長寿医療後期高齢者医療(制度被保険者)のかたです。
左表にもあるように、健診内容はほぼ特定健診に準じて実施します。
受診券は五月下旬に送付します。
長寿医療後期高齢者医療制度については、6面をご参照ください。

特定保健指導の対象者(階層化)

腹囲	追加リスク		喫煙層	対象	
	①血糖	②脂質		③血圧	40-64歳
≥85cm(男性) ≥90cm(女性)	2つ以上該当		関係なし	積極的支援	
	1つ該当		あり		
	1つ該当		なし	動機付け支援	
上記以外で BMI ≥ 25	3つ該当		関係なし	積極的支援	
	2つ該当		あり		
	2つ該当		なし	動機付け支援	
	1つ該当		関係なし		

■肥満度(BMI)
BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)
* BMI値18.5～24.9が『正常』、25以上を『肥満』、18.5未満を『やせ』と判定しています。

①血糖 空腹時血糖100mg/dl以上またはヘモグロビンA1c 5.2%以上
②脂質 中性脂肪150mg/dl以上、またはHDLコレステロール40mg/dl以下
③血圧 収縮期130mmHg以上または拡張期85mmHg以上

■特定健診とがん検診、65歳以上のかたは介護予防健診が同時に受診できます。
※詳細は、後日送付する受診券をご覧ください。

**「市民マナー条例」
にご協力を!**

問い合わせ
環境課 ☎38-2050

■喫煙禁止区域(JR芦屋駅周辺)での喫煙
過料 2,000円

<次の行為は、市内全域で禁止されています!>

■歩行喫煙/たばこの吸い殻・空き缶のポイ捨て/犬の放し飼いやふんの放置/落書き/夜間花火はやめましょう