

へるす・りさーち No.43

名古屋市衛生研究所

退職しても健診・保健指導を受けよう！

名古屋市にある某大学では経済学部4年生のケン太くんと医学部4年生のエイ子さんの二人が、テニスサークルの活動後に喫茶店で休憩しています。そこに同じテニスサークルのOBで名古屋市の保健センターで公衆衛生医師をしているDr.Kさんが加わりました。ちょっと3人の会話に耳を傾けてみましょう。

ケン太くん 最近ショックなことがあってさ。

エイ子さん 何があったの？

ケン太くん 親戚のおじさんが家のトイレの便座を割っちゃったんだよ。

エイ子さん え？いまどきそんな人いるの？

ケン太くん そうなんだよ。家は今年新築したばかりで、親戚のおじさんがお祝いがてら遊びに来ていた時に起こったんだよ。

エイ子さん ありゃまあ。そのおじさん便座を壊すほどの体重があるの？

ケン太くん そうだよ。仕事していた時は100kgを超えていなかったみたいだけど、数年前に定年退職してからは、毎年増量していて今は自宅の体重計では測れないからわからないんだってさ。

エイ子さん すごいわね。そこまで肥満になるなんて。

ケン太くん 肥えだしたのは定年になってからだけど、コロナ禍でここ数年は自宅にばかりいたからますます肥えたって言っていたよ。

エイ子さん 便座を壊すほどの肥満でBMIがいったいどれくらいあるのかしら？

Dr.K そうね。BMIももの凄い数字でしょうね。ケン太くんのおじさん、それだけの肥満だといろいろと病気はあるのかしら？

ケン太くん 特に病院には通っていないみたいだよ。薬飲んでるって聞いたこともないし。



エイ子さん そんなに肥満なのに持病ないのかしら？不思議だね。ひょっとしたら何かしら症状があっても病院嫌いで受診していないだけかもしれないわね。

ケン太くん 定年退職するまでは、会社から毎年1回健康診断を受けていたみたいだけど、今は健診受けていないみたい。

Dr.K そうなのね。おじさん、今は国民健康保険よね。何歳？名古屋市民かな？

ケン太くん おじさんは今年で確か66歳で、名古屋市に住んでいるよ。

Dr.K それは、良かったわ。名古屋市民で国民健康保険に加入されている方で40歳～75歳の方を対象に国民健康保険特定健康診査と特定保健指導というのがあるのよ。

エイ子さん それって、名古屋市が実施している健診ですか？

Dr.K そうよ。だけど全然数字が悪いの。令和2年度の名古屋市の特定健診の実施率は27.6%よ。国の目標値の60%からはかなり乖離しているの。さらに、特定保健指導の実施率は7.0%で、政令指定都市20市の中では最下位なのよ。

エイ子さん 最下位?!それは酷いですね。私たちの住む名古屋市で政令指定都市20市の中で最下位の項目があるなんて嫌だね。

Dr.K そうよ。私も強くそう思うわ。特に公衆衛生、健康福祉の分野では、名古屋市が、東京、大阪、横浜より上はもちろん、一番になって欲しいと思っているわ。

エイ子さん そうですよ。

ケン太くん 話をもどしますね。おじさんはその特定健康診査というのを受けられるんですね？

Dr.K そうよ。毎年5月末頃に受診案内のパンフレットが自宅に届いているはずよ。

ケン太くん おじさんは1人暮らしで家は散らかって

いるから、パンフレットも開けずに放置されているのかも。

エイ子さん その可能性もあるけど、開けていても特に受診しようと思わないで放置されているのかもしれないわよ。

ケン太くん そうだね。じゃあ、僕がいろいろ情報仕入れておじさんに勧めてみるよ。K先輩、健康診査と保健指導のこともっと詳しく教えてくださいませんか？

Dr.K わかったわ。せっかくだから名古屋市の公式ウェブサイト見ながら話しましょう。まず、対象者は、先ほど話したように、名古屋市国民健康保険にご加入で40歳以上の方ね。それで、特定健康診査の結果により生活習慣病のリスクが一定以上あるとされた方は特定保健指導の対象となるということね。

エイ子さん おじさんはBMIと腹囲からしてももしかしたら特定保健指導の対象になるのかな。



Dr.K そうね。ただ勘違いされないように言うと、おじさんのように肥満な人たちを対象としているわけじゃなくて、痩せている人でも普通体型の人でも職場で健診受ける機会のない国民健康保険の40歳以上を対象として受診してもらいたいのよ。

ケン太くん そうですよ。わかりました。で、実施時期はどうですか？

今年度の特定健康診査の受診は6月1日から3月31日までで、特定保健指導の利用開始は翌年5月31日までとなっているわね。

ケン太くん 実施場所はどうですか？

Dr.K 市内の健診実施機関と集団健診（休日健診、ショッピングモール健診、ナイト健診、ホテル健診等）があるわね。あと受診方法はパンフレットの中の「健診実施機関名簿」の中から特定健康診査を受診する実施機関を自分で選んで、選んだ実施機関にあらかじめ電話等で特定健康診査の予約申し込みをしてから受診するのね。そして、予約日には、受診券と国民健康保険被保険者証を持って、受診すればOKね。

ケン太くん わかりました。あと費用はどうですか？

Dr.K 無料よ。で、検査項目が、血液検査、尿検

査、血圧測定、身体診察、身体計測ね。また、医師が必要と認めた場合は、貧血検査、心電図検査、眼底検査を加えて行われるの。あとは、令和4年4月1日時点で40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の方は、貧血検査と心電図検査も無料で行われるのね。



ケン太くん おじさん今年の10月で66歳って言っていたから4月の時点で65歳だから、貧血検査も心電図検査も無料でできるんだね。

Dr.K そうよ。貧血検査は大事よ。がんによる貧血の可能性も考えられるからね。名古屋市では職場でがん検診を受ける機会のない市民の方を対象に、1つの検診について500円で受けることができるワンコインがん検診を行っているのよ。おじさんには、是非がん検診の受診も強く勧めてね。

ケン太くん はい、わかりました。

Dr.K 特定保健指導については、おじさんはたぶん引っかかると思うから、それについても今日の内容も帰宅したら家でタブレットで名古屋市の公式ウェブサイトを見て確認してね。それからおじさんに受診するように強く勧めてね。

ケン太くん わかりました。ありがとうございました。

