

# スマイルなんぶ通信 No.110

「なんぶ健康会議」に関わる課・組織が情報をお伝えします。今回の担当は、「住民課 国保年金係」です。

項 目	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度
BMI	25.6%	26.6%	28.5%	28.0%	29.0%
HbA1c (5.6以上)	46.9%	57.7%	60.6%	62.9%	55.1%
血圧 (収縮期 130以上)	50.8%	59.8%	61.1%	61.5%	59.1%

※令和5年度は暫定値。

※BMI…ボディ・マス指数（体格指数）。体重（kg）÷身長（m）の2乗で算出される値。肥満や低体重（やせ）の判定などに用いられる。

※HbA1c…血糖値を図る指標で、糖尿病時の血糖コントロール状態を知るために用いる。測定時から遡って過去3カ月の平均値を示す指標。

※有所見率…健診結果が、異状なし・要精密検査・要治療等のうち、異状なし以外の方の割合。

上記の表は、令和元年度から令和5年度までの国保特定健診におけるBMI・HbA1c及び血圧（収縮期）の有所見率を一覧にしたもので、塗りつぶし箇所が経年で最大値となっています。令和5年度は、BMI以外は令和4年度を下回っているものの、50%を超える結果でした。

食事や運動、休養、喫煙、飲酒などの生活習慣の見直しやストレスの解消により、心疾患や脳疾患など生活習慣病のリスクを減らすことができます。

町では、毎月15日を健康の日「スマイルなんぶの日」とし、保健師及び管理栄養士による生活改善に向けたサポートとして「スマイルなんぶ健康相談」を毎月開催しています。

令和6年度もより多くの方にご参加いただけるよう、「改善センター」と「分庁舎」で交互に開催します。役場に来たついでに寄ってみませんか。

これからも健康で充実した日々を過ごすため、保健師・管理栄養士と一緒に、特定健診受診後の健康管理について考えてみましょう。

令和6年度の開催日（時間はいずれも9：30～11：30）

分庁舎 2階会議室		改善センター 2階視聴覚室	
4月15日（月）	6月17日（月）	5月15日（水）	7月16日（火）
8月15日（木）	10月15日（火）	9月17日（火）	11月15日（金）
12月16日（月）	R7年2月17日（月）	R7年1月15日（水）	R7年3月17日（月）

参加申し込みは必要ありません。ご希望される方は、都合の良い時間にお越しください。（来庁された順に対応しますので、お待ちいただくこともあります。）

お問合せ 福祉保健課 ☎64-4836 または 住民課 ☎66-3405

## 南部町国民健康保険からの紹介

南部町国民健康保険では、本年度、国保加入者を対象に次の事業を行います。

### 特定健診夫婦ペア割引

大切なパートナーと快適な日々を過ごすために、夫婦そろって健診を受けましょう。

夫婦で受診されると、1人分の基本健診自己負担額が無料（0円）になります。

☆ 対象 → 40代及び50代の国保加入の夫婦（社会保険加入者は対象外）

☆ 夫婦で受診日、時間が別になる場合でも割引を利用いただけます。

☆ 割引は、町総合健診において2人目の受診時に適用されます。

☆ 対象者には、別途ご案内いたします。

### 厄年ドック助成

家族とともに健康な生活を送れるよう、人間ドックの受診を検討してみませんか？

☆ 対象 → 国保に加入している41歳～43歳の男性 及び

32歳～34歳の女性（社会保険加入者は対象外）

☆ 助成金額は35,000円です。（人間ドック受診費用についてのみ）

☆ 受診施設は、厚生連・クアハウス石和・山梨病院・富士川病院

☆ 対象者には、別途ご案内いたします。 お問合せ 住民課 ☎64-4834

