

# スマイルなんぶ通信 No. 122

「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2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度
BMI	26.6%	28.5%	28.0%	28.6%	29.7%
HbA1c (5.6以上)	57.7%	60.6%	62.9%	55.5%	62.4%
血圧 (収縮期 130以上)	59.8%	61.1%	61.5%	58.2%	54.3%

※令和6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、異常なし・要精密検査・要治療等のうち、異常なし以外の方の割合。

上記の表は、令和2年度から令和6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6年度は、BMIが過去5年間で最大値、HbA1c及び血圧(収縮期)は最大値の令和4年度を下回っているものの、特定健診受診者の半数以上が何らかの異常があるという結果でした。

肥満、高血糖、高血圧、脂質異常などの状態を放置すると、遠くない将来、心臓病や脳卒中などの死に直結する病気を招く危険性があります。生活習慣を見直し、改善することにより病気の発症を予防することができます。

そこで、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。(15日が休日の場合は翌日以降の平日、9月は特定健診と重なるため、12日(金)に変更)

令和7年度もより多くの方にご参加いただけるよう、「分庁舎」と「活性化センター」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7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		活性化センター ロビー	
4月15日(火)	6月16日(月)	5月15日(木)	7月15日(火)
8月15日(金)	10月15日(水)	9月12日(金)	11月17日(月)
12月15日(月)	2月16日(月)	1月15日(木)	3月16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、本年度も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?

☆ 対象者は、国保加入の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)