

国民健康保険

10~12月は健診強化月間です! /

平成30年10月発行
発行元 那覇市特定健診課
TEL: (098) 862-0564
FAX: (098) 862-4266
URL: http://www.city.naha.okinawa.jp/kakuka/tokuken/

さあ、特定健診へ行こう!

市役所で行われている特定健診について 城間市長がご紹介します!



1 問診
受診前に、日ごろの生活習慣をチェックします。

忘れてた 今年の健診さあ予約

2 受付
受付で保険証を提示してください。住所・氏名・生年月日を確認します。

3 尿検査
尿糖や尿蛋白で、腎臓の機能を調べます。

4 身体測定
身長・体重・腹囲を計って、BMI値などで肥満度を調べます。

5 血圧測定
血圧を調べます。高血圧は動脈硬化の原因になります。

6 採血
血液中の糖や脂質を調べて、肝機能や腎機能を検査します。

7 診察
医師が健康状態を確認し、必要に応じて追加検査や生活習慣のアドバイスをします。

8 健診終了
検査結果は約1ヶ月後、自宅へ郵送、または病院で受け取ります。

後日 保健指導
健診結果から自らの健康状態を正しく理解し、生活習慣の見直しのためのアドバイスを行います。

病院でも0円で受けられます!

特定健診は、お近くの医療機関でも受けられます。詳しくは、国保証と一緒に配布した「医療機関一覧表」や那覇市ホームページをごらんください。

那覇市 特定健診



平成30年度 特定健診 実施医療機関一覧

※予約などは直接お問い合わせください

Table with 4 columns: 地区別, 所在地, 病院・医院名, 電話番号. Lists medical facilities across various districts like 本庁, 真和志, 首里.

直近のまちかど健診日程表

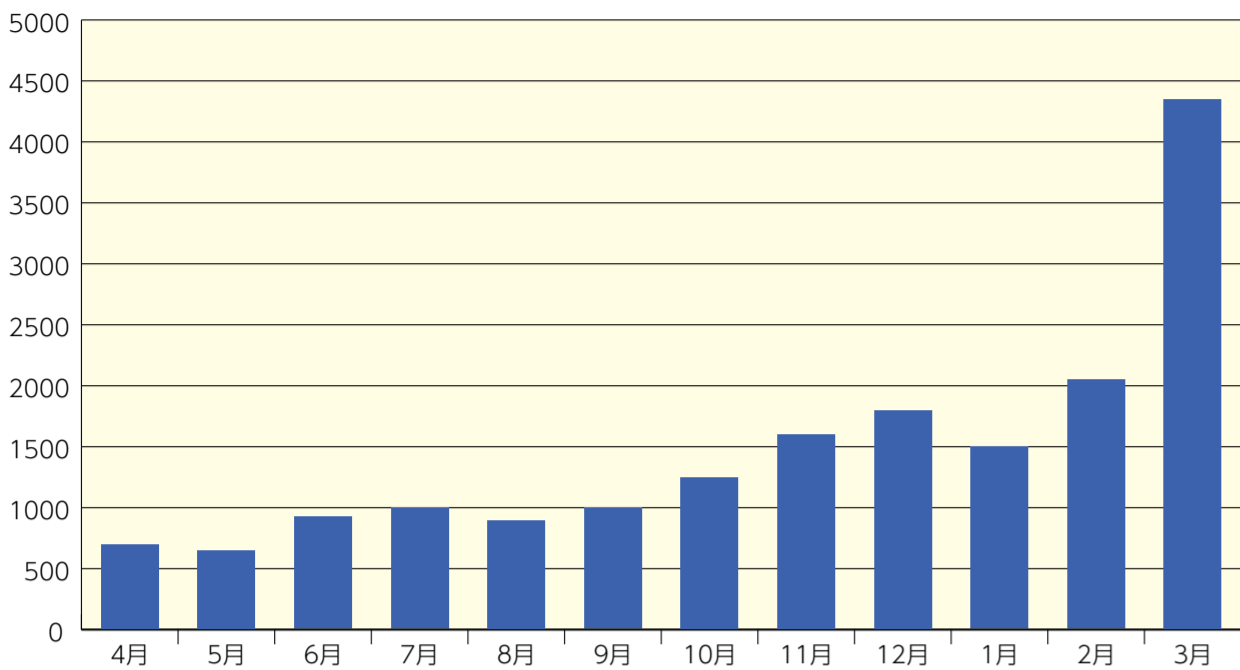
Table with 5 columns: 健診日時と受付時間, 予約受付期間, 会場, 受けられる健診, 【予約先と受付時間】. Details dates 10/30, 11/29, 12/26.

直近の土日・夜間集団健診日程表

Table with 7 columns: 健診日時と受付時間, 予約受付期間, 会場, 受けられる健診, 【予約先と受付時間】. Details dates 11/7, 11/25, 12/15.

※受けられる健診は予約時にご相談ください。◆特定健診(健康診査) ◆がん検診(大腸・胃・肺・子宮・マンモ)

平成29年度月別受診者数



毎年、2月・3月は混み合いますので、1月までの受診をおすすめします。予約がとれずに受診できない場合もあります!!



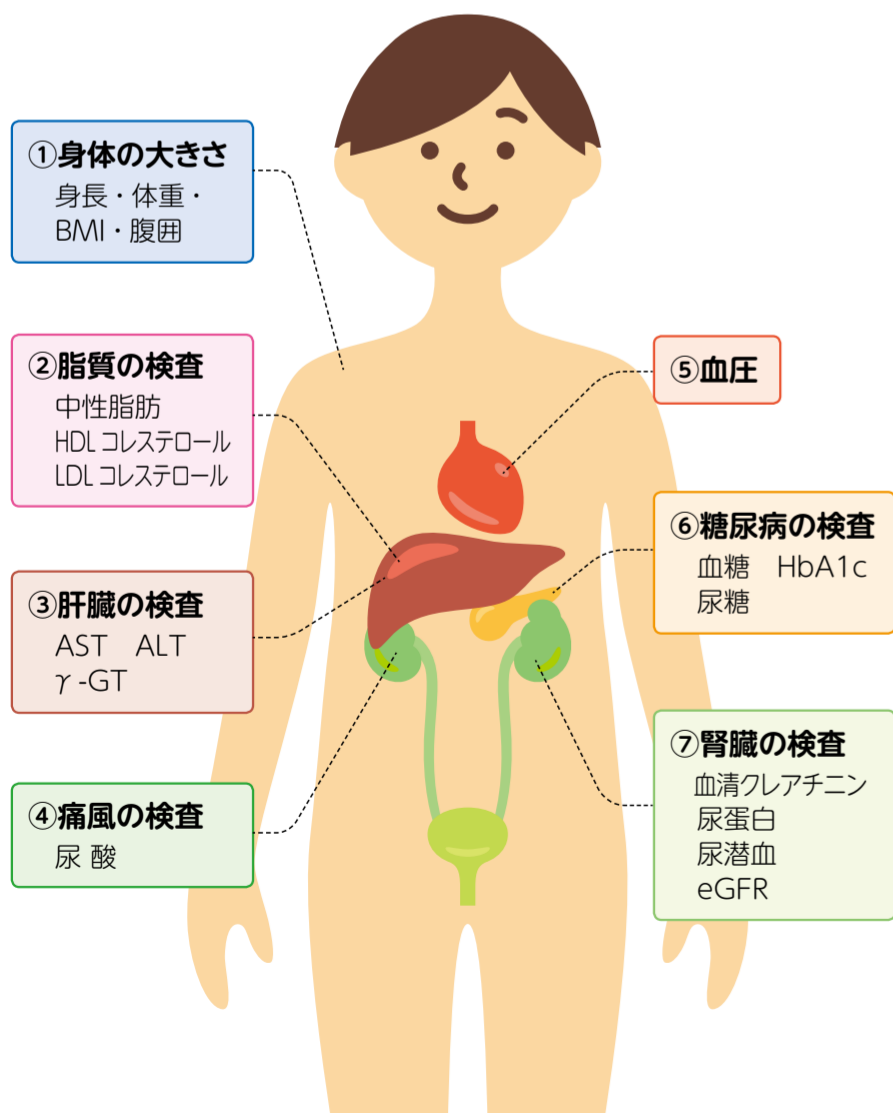
平成29年度地区別受診状況(平成30年7月9日現在)

Table showing medical visit rates by district. It is divided into four categories: Main City (本庁地区), Top 3 districts (上位3地区), First District (首里地区), and Top 3 districts (上位3地区), etc.

※受診対象者数100名以上の地域で受診率を算出し、地区別上位3地区を明記。 ※平成28年度 受診率 37.2% (全体)

特定健診で身体の声聞いてみませんか?

私達が生活していくために、身体は休みなく働き続けています。1年に1度は特定健診で、そんな身体の声に耳を傾けてみませんか。



健診結果はお一人お一人違います。結果についてご相談がありましたら、特定健診課までご連絡ください。 TEL : 098-862-0564

1回の血液検査でこんなにたくさんのことがわかります!

Table detailing the results of a blood test. It lists items like BMI, waist circumference, cholesterol, liver enzymes, uric acid, blood pressure, blood sugar, and kidney function, along with what they indicate and normal ranges.

那覇市国保の健康実態はどうなっている!?

那覇市国民健康保険では、平成30年度~35年度までの今後6年間の保健事業の方向性を示す「第2期データヘルス計画・第3期特定健診等実施計画」を策定しました。計画の目的は、医療や健診の情報を分析して、地域の健康課題を明確にし、その課題に応じた目標設定・効果的な事業を選択して実施することです。そして、生活習慣病をはじめとする被保険者の健康管理及び疾病の予防により、医療費適正化及び国保財政の基盤強化を目指します。

< 計画の背景 >

75歳以上人口の将来推計

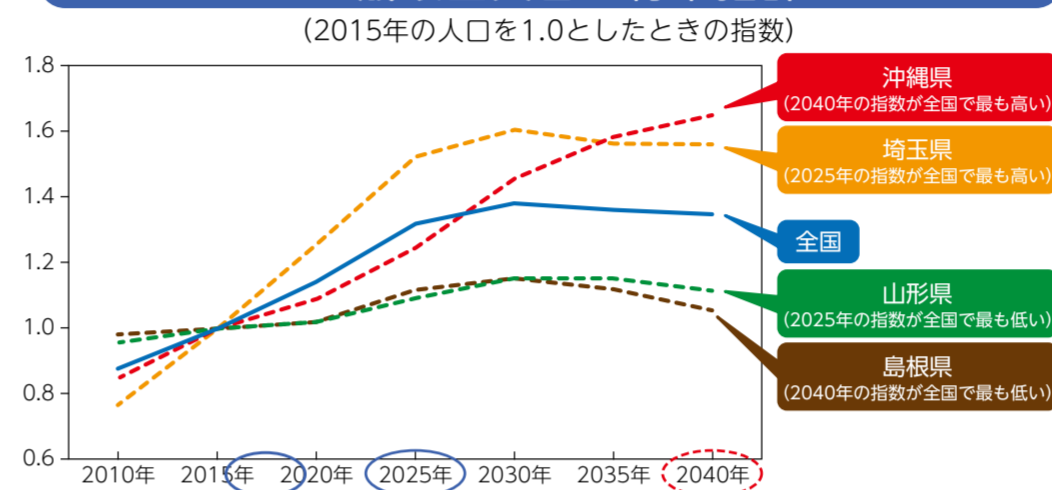
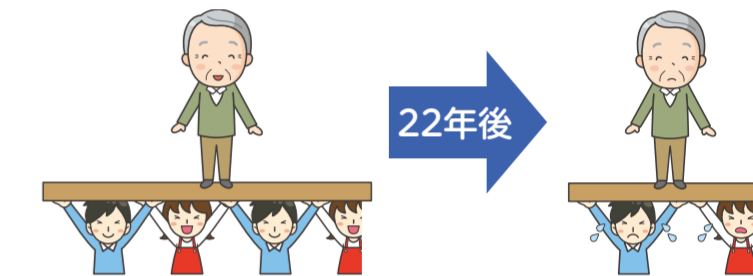


Table showing population projections for Naha City. It compares the 2016 population, 2025 projections, and 2040 projections for total population, 65+ population, and aging rate.

○今後、少子高齢化が急速に進み、2025年には4人に1人が65歳以上の高齢者になります。それに伴い、がん、虚血性心疾患(心筋梗塞、狭心症等)、脳卒中、糖尿病等の生活習慣病の割合の増加、医療費の増加が予想されます。 ○1人の高齢者を支える現役世代は、2010年(H22)は、3.7人でしたが、2040年では、1.8人になると推測されています。(H28.3 那覇市まち・ひと・しごと創生総合戦略より)



高齢者を支える働き世代が少なくなってくる!!

○左の図は、2015年の人口を1としたときの75歳以上人口の将来推計です。2040年、沖縄県は1.66と全国で最も指数が高くなっており、急激に75歳以上人口が伸びてくると予想されています。そうなった時、那覇市の社会保障費は大丈夫でしょうか。

2025年あなたは何歳? 2040年は…?

< 那覇市の健康実態 >

那覇市国保・沖縄県の健康実態はどうなっているのでしょうか?

Three boxes detailing health status: 1. Health Status 1: Medical costs are low in youth but high in old age. 2. Health Status 2: Many people do not receive treatment for diabetes and hypertension. 3. Health Status 3: Many people do not receive treatment for 40-64 year olds.

今からできること

- 1. 生活習慣病は自覚症状がありません。まずは健診を受けましょう!
2. 健診結果を正しく理解し、生活習慣の点検をしてみましょう。(保健指導を上手に活用しましょう)
3. 治療が必要な時は医療機関を受診しましょう。

~健診受診者と未受診者の医療費の差は約6倍!~

