

「日本肝炎デー」をご存じですか？

7月28日は、世界保健機構（WHO）の「世界肝炎デー」と同じ「日本肝炎デー」です。



肝炎総合対策マスコットキャラクター

◆肝炎は身近な病気

かつて行われていた同一注射針による集団予防接種や輸血などにより、「21世紀の国民病」（100人に1人は感染者）といわれる、国内最大級の感染症となっています。



◆検査を受けましょう

いままで一度もB型とC型の肝炎ウイルス検査を受けたことがない方は自覚症状がなくてもぜひ検査を受けてください。平成26年1月31日まで県内の指定医療機関または南国市が行っている特定・後期高齢者健診で無料検査を実施しています。検査で陽性と結果が出たら、専門医を受診してください。治療が必要な場合は医療費の助成制度があります。適切な健康管理や治療で悪化を予防できます。

◆感染と症状

肝炎ウイルスは血液や体液を介して感染します。肝臓は「沈黙の臓器」といわれ自覚症状が現れにくく、治療せずに長期間経過すると、慢性肝炎から肝硬変、肝がんに進行する恐れがあります。



◆感染を予防するには

他人の血液に容易に触れないようにすることが重要です。ただし、日常生活で感染することはまずありませんし、くしゃみ、せき、抱擁、食器やコップの共用などでは感染しません。



市内の実施医療機関

吉川診療所（植野）	南国中央病院（後免町）	南国いのうクリニック（篠原）
高知大学医学部附属病院（岡豊町）	川田内科（後免町）	きび診療所（明見）
山本循環器内科・眼科（駅前町）	いちはら内科小児科（大堀甲）	J A高知病院（明見）
川本内科クリニック（駅前町）	西田順天堂内科（大堀甲）	南国厚生病院（立田）
北村病院（東崎）	高田内科（大堀乙）	あけぼの小児クリニック（田村）
にしかわクリニック（後免町）	宮田整形外科（篠原）	たかはし内科小児科（緑ヶ丘）

*市外の指定医療機関については、お問い合わせください。
県健康対策課のホームページ（<http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/130401/>）にも掲載されています。

※お問い合わせは、保健福祉センター（☎863-7373）まで
検査及び医療費の助成についてのお問い合わせは、
県健康対策課（☎823-9677）
県中央東福祉保健所（☎0887-53-3171）まで

国民健康保険 第2期特定健康診査等実施計画を策定しました

平成20年4月から医療保険者に「特定健診・特定保健指導」の実施が義務付けられました。南国市でも、平成20年度から24年度までの5年間で第1期とする特定健診・保健指導実施計画を策定し、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した健診などを実施してきました。

このたび、第1期計画の実施状況・評価を踏まえて、特定健診・特定保健指導を、より効果的・効率的に実施するため、平成25年度から29年度までの5年間で計画期間とする、第2期特定健康診査等実施計画を策定しました。

■南国市の国保の現状と課題

国保加入者数は年々減少していますが、医療費は年々増加しています。特に、40歳から74歳で病院にかかっている方の医療費のうち、約5割近くが生活習慣病によるものとなっています。

従って、特定健診・特定保健指導で生活習慣病を予防し、市民の健康づくりと医療費の適正化を図ることが、いま大きな課題となっています。

■第1期計画の実施状況

特定健診受診率の目標と実績

	平成20年度	平成21年度	平成22年度	平成23年度
目標	30.0%	40.0%	50.0%	60.0%
実績	20.8%	23.9%	25.6%	28.3%

*平成24年度の実績は、平成25年5月末現在の速報値で28.7%です。

特定保健指導実施率の目標と実績

	平成20年度	平成21年度	平成22年度	平成23年度
目標	20.0%	25.0%	30.0%	40.0%
実績	25.0%	21.6%	11.7%	10.0%

*平成24年度の実績は、平成25年5月末現在の速報値で5.9%です。



■第2期計画の目標

	平成25年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度
特定健診受診率	35%	42%	50%	55%	60%
特定保健指導実施率	20%	30%	40%	50%	60%

■特定健診の受診率向上に向けた取り組み

- すべての国保加入者が受診しやすいように、休日健診を行うなどの環境整備を行います。
- 通院中の人にもできるだけ受診していただけるよう、医療機関などとの連携を図ります。
- がん検診と同時実施などの取り組みを図ります。

■特定保健指導の実施率向上に向けた取り組み

- 保健指導を受けやすいように、時間外での対応も行っていきます。
- メタボ予防運動教室など、幅広く健康に関心のある人を対象とした取り組みを充実させます。
- 食事指導などを充実させていきます。

生活習慣病は、放っておくとどんどん症状が悪化していきます。
毎年、特定健診を受けて体をチェックし、特定保

健指導やメタボ予防運動教室などを活用して、よりよい生活習慣を身につけるようにしましょう！

※お問い合わせは、市民課国保係（☎880-6555）まで