

## 「特定健診へ行こう！ ～年に1度の健康チェック！！～」

羽曳野市国民健康保険では、40歳以上の方に1年に1回特定健康診査（特定健診）を実施しています。

メタボリック症候群に着目した糖尿病や高血圧症などの生活習慣病の発症や重症化を予防するための健診です。

9月号から3回にわたり健康情報を連載しています。

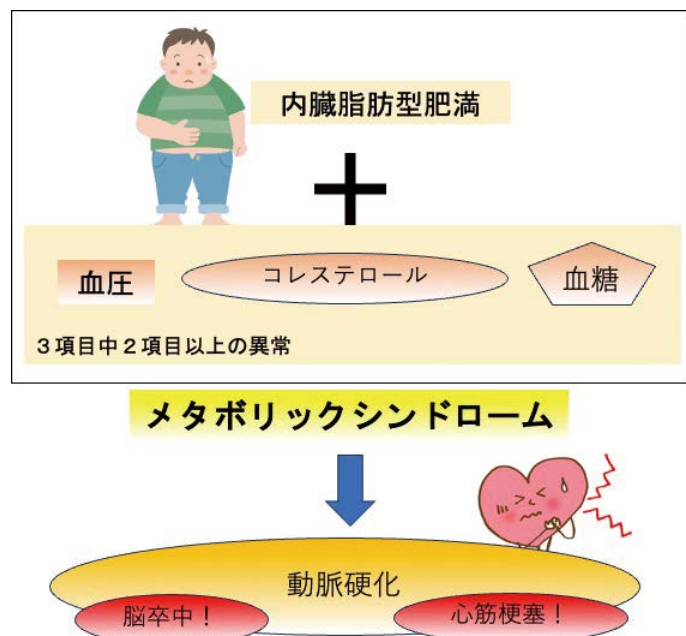
第1回は羽曳野市医師会 橋村 正哉 先生にお話を伺いました。

泌尿器科・内科・皮膚科  
はしむらクリニック

橋村 正哉 医師



### そもそもメタボリック症候群ってなに？



メタボリックシンドロームとは、主に腹囲に現れる内臓脂肪型の肥満のある方に、血圧・血糖・脂質（コレステロールなど）の内2つ以上に異常がある状態を指します。

肥満や高血圧、糖尿病、脂質代謝異常はそれぞれ単独でも動脈硬化を進行させますが、危険因子が重なれば、それぞれの程度が低くても動脈硬化が進行し、心臓病や脳卒中の危険が高まることがわかっています。

動脈硬化自体では自覚症状はほとんどないので、みなさん「自分は大丈夫」と自身の健康を過信しがちです。しかし、脳卒中や心筋梗塞などの血管の病変が原因で起きる病気はある日突然に発症することが多く、発症後は人生に大きな制限を伴うことが多いです。

### 特定健診を受けて健康を見直してみよう♪

特定健診では問診や基本的な身長・体重・腹囲・血圧測定などの身体測定に加えて、身体診察、血液検査、検尿などを行います。これらからメタボリックシンドロームやその他一部の疾患の兆候をとらえることができます。

羽曳野市国民健康保険にご加入の方で、お手元に受診券（さくら色）が届いている方は無料で特定健診が受けられます。

この機会にぜひ特定健診を受けて自分の健康を見直すきっかけにしてください。

（羽曳野市国民健康保険以外の保険にご加入の方は、特定健診に自己負担金がかかる場合があります。受診前に保険者に確認してください。）



特定健診を  
うけよう！

<問合せ> 保険年金課 保健事業担当 内線 1761