

# 笑顔でイキイキ！健康らんど

## 倶知安の生活習慣病予防を考える(その1)

### 特定健診（メタボ健診）と

### 医療費の関係を見ると…

国民健康保険（国保）加入者の「平成25年度特定健診（メタボ健診）まとめ」報告ができました。

今月と来月の2回に分けて、健診結果・医療費・介護保険をまじえて、町の特徴や予防の大切さを考えていきたいと思えます。

国保でない方も同じ地域なので、参考に傾向を一緒にご覧ください。○メタボ健診の受診率（どの位の方が受けているでしょう？）

まず図1をご覧ください。倶知安は全道平均を上回っていますが上位町村に比べると半分以下で、受ける方が少ないです。

〈図1 国保加入の方の特定健診受診率の全道比較〉

179市町村受診率順位	市町村名	検診の対象者数	受けた人数	受診率(%)
第1位	上富良野	2,126	1,499	70.5
第2位	和寒	958	672	70.1
...	...	...	...	...
第105位	倶知安	2,588	761	29.4

\*全道平均(24.7%)は全国47都道府県中第39位

〈図2 健診受診者と未受診者の一人当たり生活習慣病医療費比較(外来+入院の合計額)〉(円)

	倶知安	全道平均	全国平均
検診受診者	92,050	86,080	109,310
検診未受診者	368,180	396,610	309,350

(参考：国民健康保険統計データより)

○健診を受けることを何故そんなに勧められるのでしょうか？

健診結果を聞いて初めて気づいたことがあった、という経験のある方が少なくないように、心臓病・脳卒中・糖尿病・腎臓病などはある程度重症化しないと症状が生まれません。これらは健診で体の状態を知り、遺伝体質や生活と合わせて考えることにより「予防可能」な疾患です。

○健診を受けている人の生活習慣病治療費は？

図2をご覧ください。お薬治療を受けている方は多いですが、例えば高血圧は「脳卒中中等を発症しない為の予防的服薬」とも言えます。健診を受けている方はご自分の健康状態を毎年確認しながら服薬・食事・生活で健康づくりをされているので、高額な医療費を要する大変な状態（心臓病など）を回避して健康に過ごされている結果とも言えます。

健診は平均寿命だけでなく「健康寿命」を延ばすために有効活用できるのです。

(3月号に続く)

■お問い合わせ／保健福祉課保健指導係 ☎22-11144

いつまでもみんな生き生き

### 「変わります、介護保険」

介護保険制度では、要支援者や要介護者に対する法定の介護サービス（予防給付・介護給付）と、市町村が実施主体の地域支援事業（介護予防事業等）が位置付けられています。介護サービスは全国一律で基準や単価が決められています。地域支援事業は、市町村の裁量により事業内容や利用料金等が設定できます。

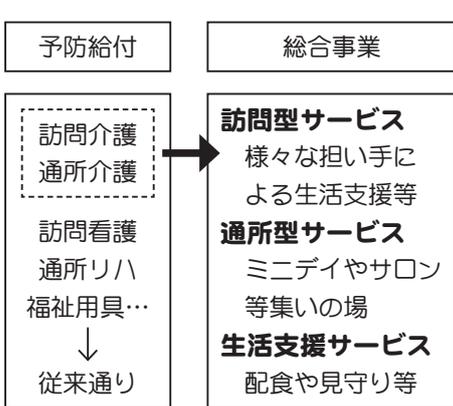
今回の改正では、要支援者の介護サービスのうち、「訪問介護」と「通所介護」については、「新しい総合事業（介護予防・日常生活支援総合事業）」として地域支援事業に組み替えられることとなります。

国は示す総合事業では、従来のサービス事業所だけでなく、NPOやボランティア、民間企業など様々な担い手による取組が想定されており、地域の実情にあった柔軟なサービス提供が可能とされています。

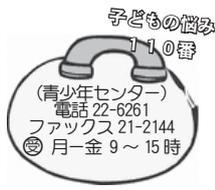
倶知安では、要支援の利用者は現在約90人で、そのうち訪問介護は36%、通所介護は53%の人がサービスを受けています。

生活支援の担い手発掘やネットワーク作り、ボランティアの育成等を行う「生活支援コーディネーター」の配置や、高齢者自身の社会参加による生きがい作りや介護予防の促進など、地域での枠組み作りが大変重要となります。

訪問看護や通所リハビリ、福祉用具等を利用する人は要支援の認定が必要ですが、総合事業での訪問型・



■お問い合わせ／保健福祉課地域包括支援センター ☎23-0100



# 子育てを楽しみませんか。

## 倶知安コスモスの会

### 母と子をつなぐハンカチのプレゼント

保健師が赤ちゃん訪問する際には、倶知安コスモスの会から託されたかわいらしい柄のガーゼハンカチがプレゼントされています。以前は住民係の窓口で出生届を出したときにハンカチを贈っていましたが、窓口で会えない人には渡せていなかったため、平成25年7月以降に生まれた子には保健師から訪問で渡すように変え、昨年11月末までに約210枚のハンカチが贈られています。

このハンカチプレゼントは、「国際ソロプチミスト倶知安」として、人権と女性の地位を向上する奉仕活動をしてきた団体が、約25年前に会の設立10周年を記念して女性への支援の一環として始め、平成25年に「倶知安コスモスの会」と名称を改めた今も変わらずに活動が続いています。ガーゼハンカチには、生まれて間もない赤ちゃんのデリケートなお肌を柔らかく肌に優しいハンカチで撫でてあげること、お母さんから赤ちゃんへの愛情を繋いでほしいという願いが込められています。



ハンカチを町長に手渡す倶知安コスモスの会の松井会長と会員の方々



ハンカチを贈られたお母さんの多くが、生後間もない子のお世話で夜もゆっくり眠れず、疲労や不安を感じています。そこで手渡されるハンカチには、会員がお母さんを労わる温かい気持ちが入められており、母の和らぐ表情や感謝の言葉からその思いが伝わっていると感じられます。



この会は、現在、会員9名で活動しています。月1回の例会、クリスマス会、新年会など会員同士の交流を深めながら、交通安全旗の波作戦や赤い羽根共同募金、福祉ふれあい祭りへの参加、ほたるを育てる会への支援などを通じて町の事業を盛り上げてくださっています。そして、長年にわたるハンカチプレゼントという形で町の子育て支援に寄与していただいています。

### 子育て支援センターだより



#### ★3月の広場のお知らせ

- ネンネ広場 3月4日(水)
- ハイ・ヨチ広場 3月11日(水)
- スタスタ広場 3月18日(水)

☆ネンネ広場はセンターで親子遊びを、ハイ・ヨチ広場、スタスタ広場は保健福祉会館で運動遊びやわらべうたあそびを行います。10時開始です。飲み物や汗拭きタオルを持参してください。

■申込み/2月9日(月)9時30分～

#### ★センターの臨時閉館のお知らせ

2月13日(金)に第4回子育て講座(クッキング)が保健福祉会館で行われるため、午前中のみセンターを閉館させていただきます。ご了承ください。

子育て支援センター(南2東1) ☎ 22-0419  
 閉館時間 9時30分～16時(11月～3月)  
 (正午～13時は玩具等の消毒のため一時閉館)  
 休館日 日曜日、祝日、年末年始

### 放課後児童クラブ 新規入会を募集します。

町では、共働き家庭や母子・父子家庭など留守家庭の主に小学校低学年の児童を対象に適切な遊びや生活の場を提供し、保護者が安心して働ける環境づくりのため、放課後児童クラブを開設しています。

4月から入会を希望する方は、次のとおり申し込んでください。

■受付期間/2月13日～2月27日

■開設場所/

- ・どんぐりクラブ(北児童館 北5西2)
- ・げんきっ子クラブ(倶知安小学校 南3東3)
- ・風の子クラブ(東小学校 北4東9)
- ・おおぞらクラブ(西小学校 南6西3)

■対象児童および入会の要件/町内小学校の1年生から3年生までで、保護者が就労している等により、日中家庭にいない児童

※入会定員を超えた場合、1年生・2年生を優先いたします。

■提出書類/申込書および勤務証明書等

■費用/教材費の一部と傷害保険代  
 行事等の経費は実費負担

■お問い合わせ/町保健福祉課福祉係 ☎ 23-0500