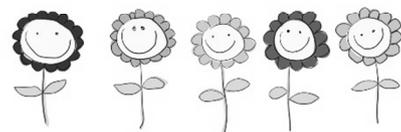


# 保健師・栄養士からの へるす さぽーと No.156



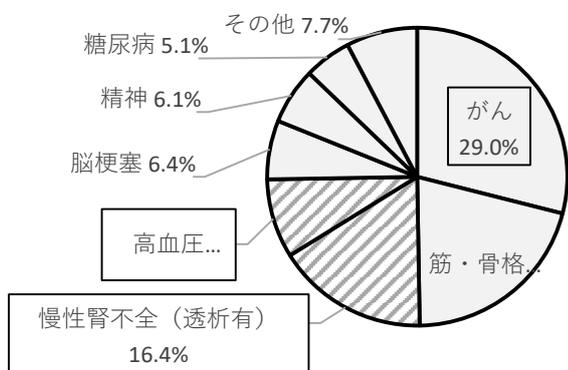
## ◆ 剣淵町の医療費の傾向

剣淵町では、医療機関が提出するレセプト（診療報酬明細書）を基に毎年、どの疾患に医療費が多くかかっているのか、国や北海道、同規模市町村と比較して特徴的な分布がないか等の医療費分析を行っています。

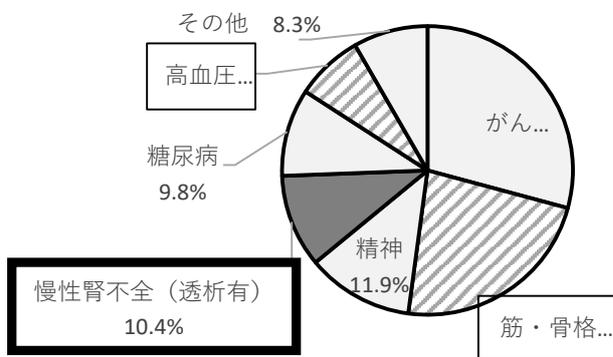
図は、令和3年度の剣淵町国民健康保険（以下、国保）および後期高齢者医療保険（以下、後期）に加入する方々の医療費分析です。**太枠**で囲んである疾患は北海道と比較して2倍以上、**細枠**は1・2倍以上高い割合を示しています。

剣淵町の特徴は、「慢性腎臓病（透析有）」の割合が、国保・後期に共通して高く、若い世代から共通した健康課題と考えています。

医療費分析 後期(主に75歳以上)



医療費分析 国保(40～74歳)



## ◆ 8人に1人が透析予備軍!?

テレビや新聞広告等で最近目にするのが多くなった透析予備軍といわれる慢性腎臓病（CKD）。国の調査では、8人に1人がこの慢性腎臓病（CKD）という状態に陥っていると言われていますが、剣淵町ではどうでしょうか？

令和3年度の健康診断結果をもとに慢性腎臓病（CKD）の割合を算出すると、なんと約4・8人に1人という結果になりました。国の統計予測を大幅に超える危機的な状況にあることがわかります。

## ◆ なぜ剣淵町に慢性腎臓病（CKD）が多いの？

慢性腎臓病（CKD）とは、腎臓の働き（GFR）糸球体ろ過量、腎機能を数値化したもので、健康な人は100%が60%未満に低下する、またはタンパク尿が出るといった腎臓の異常が続く状態を言います。

慢性腎臓病（CKD）の発症には、高血圧や糖尿病、肥満、メタボリックシンドローム、運動不足、飲酒、喫煙、ストレスなどの生活習慣が大きく関係していると言われています。また血縁に腎臓病の人がいると要注意と言われています。地域性との関連は、はっきりとわかりませんが、剣淵町の令和

3年度の健康診断結果からは肥満者の割合は約2人に1人、血圧が高い人は、約4人に1人となっております。発症する要因が強く存在していることも要因のひとつと考えます。

まずは生活習慣の改善（肥満の是正や減塩、規則正しい食事等）に取り組みしましょう。

## ◆ 腎臓病健診を受けましょう

町で行っている健診は、腎臓病健診と言われる尿検査、血液検査の項目が含まれています。毎年健診を受け、現在の腎臓の状態を確認しましょう。

## ◆ がん検診も忘れずに

上記の図からもわかるようにがんの治療費は国保・後期とも第1位となっております。早期に見、治療を開始することで95%以上が治癒・寛解するとも言われています。毎年検診を受け、がんの進行を防ぎましょう。

※今年度の健診（検診）の日程は3月末の戸別配布文書をご参照ください。予約開始時期は、4月下旬となります。

（健康福祉課保健グループ）