



国民健康保険 健康まもるくん

国民健康保険の特定健康診査が始まります

自分自身の健康のために必ず受診しましょう

特定健康診査・特定保健指導は、国民健康保険などの医療保険者に義務化されたもので、平成20年度から、糖尿病など、生活習慣病の前段階のメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の状態にある方や、その予備群となっている方を把握し、生活習慣の改善のための指導を行っています。

■ 特定健康診査

肥満症や高血圧、糖尿病などの生活習慣病は、それぞれが独立した病気ではなく、内臓に脂肪が蓄積した「内臓脂肪型肥満」が共通の

原因となっています。

お腹周りに脂肪がつく内臓脂肪型肥満に加え、高血圧、高血糖、脂質異常の危険因子を複数併せ持ち、生活習慣病が引き起こされる確立が高い状態をメタボリックシ

ンドロームといいます。この危険因子の数が多いほど、心臓病や脳卒中などを発症し、また、糖尿病の合併症による失明や腎不全による人工透析などで生活機能の低下や要介護状態になってしまうなどの

市長随想 嬭



狭山市市長 仲川幸成
似顔絵・池原昭治氏

入間から入曾へ

入曾駅近くのAコープ東側に入間村の碑があります。これは、入間村誕生1000年を記念し、平成元年に建てられたものです。

碑は、村役場跡に建て、村の変遷を記したもので、わたしは当時、入間公民館長として、1000年記念事業の事務局長を務めていました。1000年のうち、65年

● 正・副議長、各委員会委員を選任

4月24日 開催された狭山市議会臨時会で、正・副議長、議会運営委員会、各常任委員会の委員が次のとおり選任されました。（敬称略）

議長中村 正義 副議長小谷野 剛
議会運営委員会 委員長栗原 武 副委員長磯野和夫 新良 守克 町田 昌弘 加賀谷 勉 伊藤 彰 田中 寿夫 東山 徹 田村 秀二 猪股 嘉直
総務経済委員会 委員長磯野 和夫 副委員長三浦 和也 小谷野 剛 田中 寿夫 田村 秀二 渡辺 智昭 大沢 えみ子 吉沢 永次
文教厚生委員会 委員長新良 守克 副委員長齋藤 誠 伊藤 彰 中川 浩 東山 徹 栗原 武 広森 すみ子 岩田 三司
建設環境委員会 委員長町田 昌弘 副委員長加賀谷 勉 高橋ブラクソン 久美子 手島 秀美 大島 政教 猪股 嘉直 尾崎 忠也 中村 正義
問合せ議会事務局へ内線3312

● 平成20年度の情報公開制度と個人情報保護制度の実施状況

情報公開制度は、市民の知る権利を尊重し、開かれた市政を推進するための制度です。公開する情報は、市が職務上作成、または取得した文書などで、組織的に用いるために保有しているものです。

また、個人情報保護制度は、市が保有する個人情報の取扱いに関する基本的事項を定め、市民の皆さんのプライバシーを保護し、信頼される市政を推進する制度です。いずれも市役所2階行政資料室で開示請求などの手続きができます。

なお、20年度の実施状況は次のとおりです。

情報公開制度

区分	請求	申出	計
開示件数	20	7	27
部分開示件数	45	14	59
不開示件数	10	0	10
取下げ	1	1	2
受付総件数	76	22	98

個人情報保護制度

区分	請求
開示件数	4
部分開示件数	3
不開示件数	0
受付総件数	7

問合せ総務課へ
内線3531



特定健康診査でのメタボリックシンドロームの判定基準 表1

<p>内臓脂肪型肥満の方 腹囲が男性 85cm以上 女性 90cm以上かBMI 25以上 BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)</p>
+
<p>危険因子 高血糖...空腹時血糖値が110mg / dl以上かHbA1cが5.2%以上(HbA1cは糖たんぱくを表わす割合) 高血圧...収縮期血圧(上)が130mmHg以上か、拡張期血圧(下)が85mmHg以上 脂質異常...中性脂肪が150mg / dl以上か、HDLコレステロールが40mg / dl未満</p>

危険が高まっていきます。
 特定健康診査とは、この内臓脂肪型肥満を見つけるための腹囲測定や、心臓病や脳卒中などの危険因子を判定するための健診を行い、メタボリックシンドロームの該当者や、予備群とされる方を発見しようとするもので、診査の結果から「情報提供」、「動機付け支援」、「積極的支援」の3つの種類に分けられます。

健診項目：問診、医師診察、身体測定、血圧測定、尿検査、血液検査
 査 医師が必要と認める場合

特定保健指導の種類と内容 表2

種類	指導内容
情報提供	特定保健指導の対象にならない方で、健康づくりに役立つ情報を提供します。
動機付け支援 (メタボリックシンドローム予備群の方)	内臓脂肪型肥満に加えて、生活習慣病の危険因子が開始した方で、面接で生活習慣の改善すべき目標を設定し、半年後にその目標達成を評価します。
積極的支援 (メタボリックシンドローム該当者の方)	上記の「動機付け支援」に加え、栄養指導や運動の実技・実習などの保健指導を3か月以上にわたって実施します。

は心電図・眼底検査
 対象：40歳、74歳の狭山市国民健康保険加入者
 受診方法：5月中旬に郵送される受診券(受診案内)と保険証を持って、指定医療機関か保健センターで受診 受診券受領後事前予約が必要
 受診期限：平成21年12月28日
 費用：無料

特定保健指導とは、特定健康診査の結果に基づき、生活習慣病の

特定保健指導

発症リスクの高い方(メタボリックシンドロームの該当者)や、生活習慣病の予防効果が期待される方(メタボリックシンドロームの予備群とされる方)に対して、生活習慣を見直すための保健指導を行うものです。

対象：「動機付け支援」、「積極的支援」と判定された方 「動機付け支援」は、表1の危険因子が1項目、「積極的支援」は2項目以上該当する方で、保健センターが「特定保健指導利用券」を発行し、保健師や管理栄養士が保健指導を行います(表2)

実施場所：保健センター 特定保健指導利用券受領後、事前予約が必要
 費用：無料

注意ください
 40歳から74歳の方で、狭山市国民健康保険以外の保険に加入している方は、それぞれの窓口にお問い合わせください。

また、75歳以上の方は、後期高齢者医療での健診となります。受診券は、高齢者支援課 内線1574から7月中旬に発送を予定しています。

問合せ保険年金課へ
 内線1051

市長の主な動き

- 4/1...辞令交付式、新規採用職員研修市長講話、固定資産評価審査委員会委員委嘱状交付式 4/5...消防団入団式 4/6...春の全国交通安全運動出陣式 4/7...狭山准看護学校入学式 4/8...山王小学校入学式 4/9~14...登校交通安全指導 4/10...埼玉県市長会定期総会 4/10・21...定例庁議 4/16...市民相談員委嘱状交付式 4/17...介護認定審査会委員委嘱状交付式 4/24...第1回市議会臨時会 4/29...狭山新茶と花いっぱいまつり



が入間村、35年が狭山市入間地区という歴史を歩んできました。碑文は、村の成り立ち、産物、教育、戦争と、これからの期待を込め刻まれたものでした。

乏水の畑作地帯であること、七曲井周辺から人が住み始めたこと、入間用水により村が拡大し水野新田が開かれたこと、根菜類や麦、養蚕、茶が盛んであったこと、教育立村を目指したこと、村の歴史の大半が戦争であり、164名の青壮年が戦死されたことなど、どれ一つを挙げてもそれぞれに深い感銘を与えるものであります。

去る、3月31日、入間120年の歴史に幕を閉じ、旧地名である入間に戻りました。これから県下唯一の地名である入間を守り発展させて行くべく、強い使命を感じております。