



看護師 岡部 節子

身も心も軽やかに

新年明けましておめでとうございます。今年も大変な一年になりそうですが、ますます健康管理が重要になってきます。今年も各診療所をよろしくお願いいたします。

昨年4月より生活習慣病予防に着目した特定健診・特定保健指導がスタートしました。

これも健康長寿を目的とするものです。これを機会にみなさんで生活習慣をぜひ見直していただきたいと願っております。

さて、気になります山形地区の実状ですが、ここで少し簡単に紹介させていただきます。

ここでは、ケミコン米沢とケミコン山形の2事業所で見ていきたいと思っています。

私たちが実際に特定保健指導としてかかわっていく対象者は40歳～74歳までの被保険者と被扶養者の方ですが、今回は被保険者の方のみで見たいと思っています。

特定保健指導の対象者は、特定健診の結果、本誌『健保だより』等にてご案内している「メタボ判定」に基づき、階層化（動機付け支援と積極的支援）された人を指します。

内訳は下表のとおりですが、この結果からわかりますように、山形地区は軽い動機付け支援が少なく、重い積極的支援が多い状況です。このなかには努力しながら途中であきらめた方、また最初からあきらめている方などさまざまですが、焦らず2年後、3年後を目標に、新たな気持ちでスタートしていきたいと思っています。

メタボになる原因はひとそれぞれ違いますので、個々に面談をしたうえで問題点を見つけ、改善していければと、診療所の医師はじめ私たちスタッフは念願しております。今年一年、事業所の協力も得ながら、少しでもみなさんの力になればと思っておりますのでどうぞよろしくお願いいたします。

階層化の内訳

■ケミコン米沢

健康診査対象者		動機付け支援	積極的支援
40～74歳	男性 54名	1人 (1.9%)	13人 (24.1%)
	女性 25名	1人 (4.0%)	2人 (8.0%)

■ケミコン山形

健康診査対象者		動機付け支援	積極的支援
40～74歳	男性 83名	8人 (9.6%)	17人 (20.5%)
	女性 71名	3人 (4.2%)	3人 (4.2%)

