

『富士市国民健康保険』  
 あなたの  
 「カラダの現在地」を  
 知るために  
 健診を受けましょう

健診期間は  
 5月1日  
 ～  
 12月10日

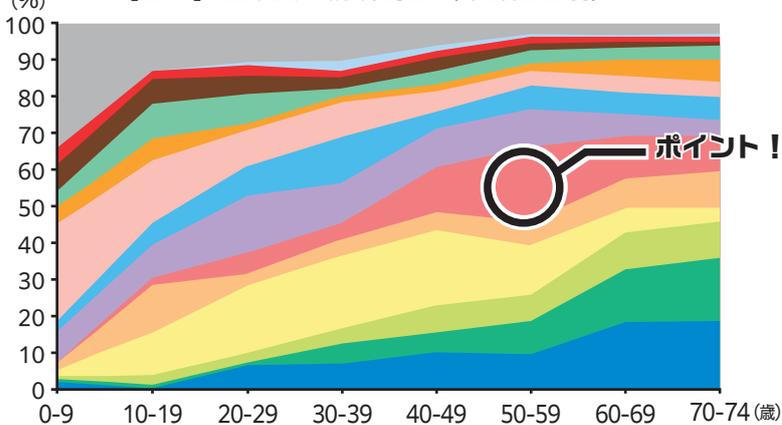
富士市国民健康保険は、被保険者の健康状況を分析した結果から、令和6年度に第3期データヘルス計画を策定し、健康課題解決のための保健事業を実施しています。富士市国民健康保険の被保険者は、国や県と比較して特定健診を受ける人が少ない傾向にあり、自身の体の状態「カラダの現在地」を知らない人が多い状況です。40歳になったら、1年に1度、特定健診を受診して、自分の現在地を確かめてみませんか。

問合せ 国保年金課 保健事業担当 ☎55-2917 ☎51-2521 ✉ho-kokuho@div.fuji.shizuoka.jp

慢性腎臓病（CKD）を含む腎臓系医療費に着目すると、年齢階層別の医療費の構成割合では、40歳代から割合が高くなり、50歳代で一番高くなっています【図1】。



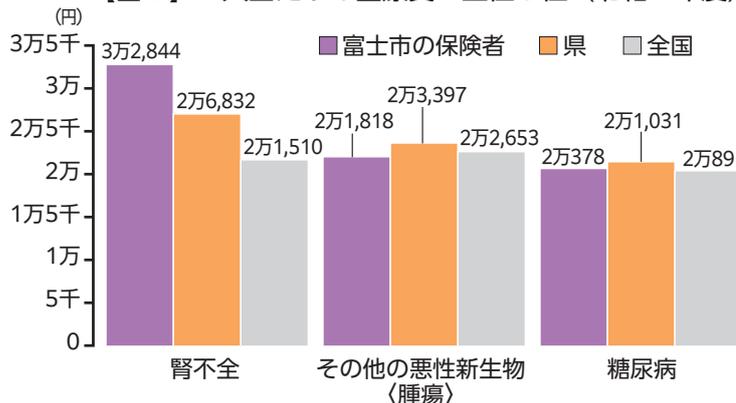
【図1】医療費の構成割合（年齢階層別）



●年齢階層別医療費の構成割合

1人当たりの医療費は徐々に増加し、令和4年度は29万2313円で、平成30年度から1万9418円増加しています。特に入院外の1人当たり医療費は、令和4年度は18万5300円で、平成30年度から1万3791円増加しています。疾患別に見ると、慢性腎臓病を含む腎不全の1人当たりの医療費が国・県よりも高くなっています【図2】。また、患者1000人当たりの透析患者数も増加傾向で、国・県よりも高くなっています。

【図2】1人当たりの医療費 上位3位（令和4年度）



●富士市国保被保険者の医療費

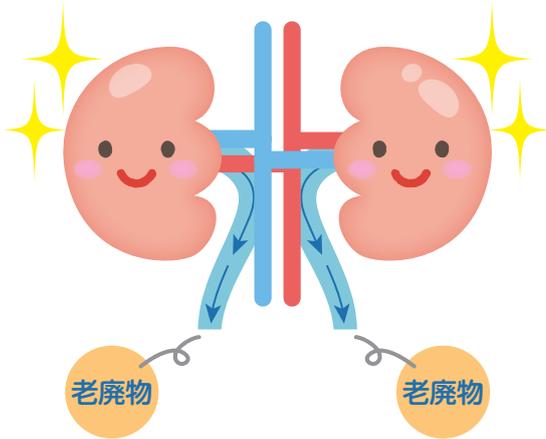
## ●慢性腎臓病ってなに？

腎臓では、血液が細い血管（毛細血管）を通して、老廃物をろ過し、尿として排出しています。

慢性腎臓病は、血液をろ過する機能が低下して、老廃物を十分に排泄できなくなった状態です。

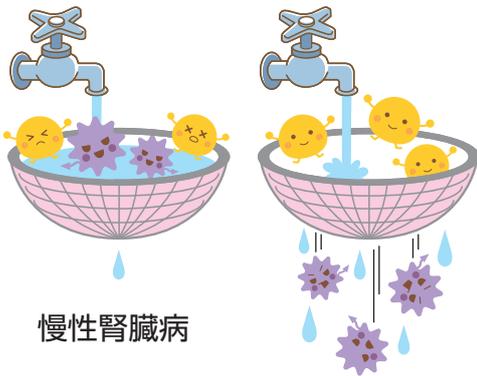
慢性腎臓病には、生活習慣病（高血圧症、糖尿病など）が深く関連しています。

日本の慢性腎臓病患者数は、約2000万人（成人5人に1人の割合）と推計されています。



腎臓は、にぎりこぶしくらい大きさだよ！

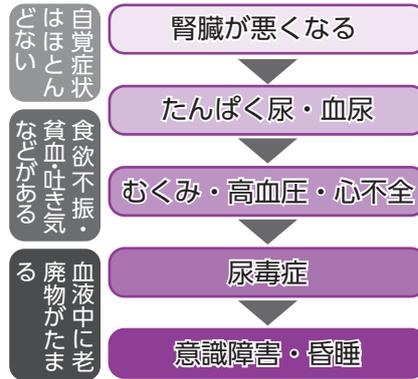
## 腎臓が老廃物をろ過するイメージ



慢性腎臓病

ろ過できずに、老廃物がたまってしまふ...

## 慢性腎臓病の進行



自覚症状はほとんどない  
食欲不振・貧血・吐き気などがある  
血液中に老廃物がたま

慢性腎臓病は腎不全、心筋梗塞や脳卒中、すべての死亡の強力なリスク因子ということが分かっています。特に、ろ過機能が低いたんぱく尿が出ている場合は、リスクが上がることが分かっています。

|              | 検査項目   | 検査内容 | 何を見ているの？   |
|--------------|--------|------|--|
| 慢性腎臓病のリスクとなる | 血圧     | 血圧測定 | 数値が高いと動脈硬化などが進み、血流が悪くなり、ろ過機能が低下したり、尿たんぱくが出たりします。 |
|              | 血糖値    | 血液検査 |  |
| 腎臓の状態を見る     | クレアチニン | 血液検査 | 腎臓から排出されますが、腎臓のろ過機能が低下すると、血液中の数値が高くなる可能性があります。   |
|              | eGFR   | 血液検査 | 腎臓がろ過できる量を表しています。eGFRが低いと、腎臓に何らかの病気がある可能性があります。  |
|              | 尿たんぱく  | 尿検査  | たんぱくは、本来尿には排出されません。尿に出ていると、腎臓に何らかの病気がある可能性があります。 |

健診で自分の「現在地」が分かる！

定期的に健診を受け、自身の健診結果を確認してください。健診結果が基準値を外れた場合は、生活習慣を見直し、受診を勧められた場合は、自己判断せずに医療機関を受診することが大切です。

## ●健診結果から何が分かるの？

40〜50歳代の人、特定健診を無料で受けられます！



データ分析の結果、生活習慣病による入院外や入院の医療費が、50歳頃から急激に増えています。しかし、この年代は特定健診受診率が低い現状にあります。いつでも健康でいるためにも、40〜50歳代から特定健診を受けて、自分の体の状態を知ることが大切です。そこで、令和6年度から、40〜50歳代の特定健診の自己負担金を、無料にしています。

対象／令和7年度中に40〜59歳になる人（昭和41年4月1日〜昭和61年3月31日生まれ）

4月中旬に発送した受診券（青色の封筒）に、受けられる機関や集団健診の日程の一覧が入っています。直接、実施機関にお申し込みください。



詳しくはこちら

健診へ！

